

## Reunião do Conselho Científico

**Local:** Sala de Reuniões dos Órgãos de Gestão da FMH

**Data:** 12 de setembro de 2012      **Hora:** 14h00m

Convocados	Presentes
<b>Presidente:</b> Prof. <sup>a</sup> Doutora Maria Leonor Frazão Moniz Pereira da Silva	✓
<b>Vice-Presidente:</b> Prof. Doutor Francisco José Bessone Ferreira Alves	✓
Prof. Doutor Abel Hermínio Lourenço Correia	✓
Prof. <sup>a</sup> Doutora Ana Sofia Pedrosa Gomes dos Santos	✓
Prof. Doutor António Fernando Boletto Rosado	✓
Prof. Doutor António Prieto Veloso	✓
Prof. Doutor Carlos Jorge Pinheiro Colaço	
Prof. <sup>a</sup> Doutora Cristina Paula Fidalgo Negreiros Monteiro Bento	✓
Prof. Daniel Tércio Ramos Guimarães	✓
Prof. Doutor Duarte Fernando Patronilho Araújo	✓
Prof. Doutor Filipe Manuel Soares de Melo	✓
Prof. Doutor Francisco dos Santos Rebelo	✓
Prof. Doutor José Domingos de Jesus Carvalhais	✓
Prof. Doutor José Henrique Fuentes Gomes Pereira	
Prof. Doutor Luís Fernando Cordeiro Bettencourt Sardinha	✓
Prof. Doutor Marcos Teixeira de Abreu Soares Onofre	✓
Prof. <sup>a</sup> Doutora Maria de Fátima Marcelina Baptista	✓
Prof. <sup>a</sup> Doutora Maria Margarida Marques Rebelo Espanha	✓
Prof. <sup>a</sup> Doutora Maria Margarida Nunes Gaspar de Matos	Férias
Prof. Doutor Paulo Alexandre Silva Armada da Silva	Férias
Prof. Doutor Pedro Jorge Amaral de Melo Teixeira	
Prof. Doutor Pedro Jorge Moreira de Parrot Morato	✓
Prof. Doutor Pedro Simões Cristina de Freitas	✓

Agenda	Decisões/Ata
<p><b>Informações</b>  Nomeação da Prof.<sup>a</sup> Doutora Margarida Matos pelo Conselho de Administração da Agência de Avaliação e Acreditação do Ensino Superior (A3ES).</p>	<p>A Presidente informou que:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. O curso de Gestão do Desporto do 1º Ciclo e o curso de Mestrado em Gestão do Desporto serão objeto de avaliação pela Agência de Avaliação e Acreditação do Ensino Superior (A3ES) no presente ano letivo estando classificadas na área da Gestão apesar de o Conselho Científico, em devido tempo, ter reagido fundamentando a necessidade de classificação em Ciências do Desporto;</li> <li>2. A Professora Doutora Margarida Matos foi nomeada pela A3ES para integrar o grupo de avaliação dos Cursos de Psicologia do Desporto;</li> <li>3. Foi já assinado o protocolo entre o Estado Português representado pelo Ministro da Educação e Ciência, Professor Doutor Nuno Crato, a Universidade de Lisboa, representada pelo seu Reitor, Professor Doutor António Sampaio da Nóvoa e a Universidade Técnica de Lisboa, representada pelo seu Reitor, Professor Doutor António Cruz Serra;</li> <li>4. Na próxima semana realizar-se-á uma reunião da Comissão Permanente de Assuntos Científicos do Senado da UTL, constando da Ordem de Trabalhos informação sobre a atividade dos grupos de trabalho da fusão;</li> <li>5. Houve nova alteração da legislação sobre os bolseiros de investigação e a impossibilidade de lecionação em simultâneo.</li> <li>6. Foi recebida informação da Reitoria no sentido de as participações dos docentes nos Cursos do Programa Universitário para Seniores da UTL poderem ser contabilizadas na Distribuição de Serviço Docente;</li> <li>7. A Professora Doutora Margarida Espanha comunicou que se vai iniciar o curso "Ciência, Tecnologia e Cidadania", do Programa Universitário Seniores da UTL.</li> </ol> <p>Informou ainda que, embora não tenha tido participação na sua organização, no âmbito deste programa da UTL irá abrir um novo curso "Caminhos para o Empreendedorismo", no qual participarão, por parte da FMH, os Professores Doutores Margarida Matos, Pedro Teixeira e Celeste Simões. Comunicou ainda aos presentes que solicitara ao Professor Doutor Alves da Silva, que o funcionamento e organização destes cursos fossem discutidos em reunião de Senado para maior clarificação.</p>
<p>1 <b>Relatório da Atividade Desenvolvida no Período Experimental</b></p>	<p>1</p>

<p>✓ <b>Prof. Doutor Miguel António de Almeida Garcia Moreira (Quinquénio 2007-2012)</b></p>	<p>Aprovado com uma votação de 13 votos a favor e 5 votos contra.</p> <p>Foi observado por vários conselheiros o facto de o relatório não obedecer ao período estipulado abrangendo elementos anteriores ao intervalo de tempo a que se refere. Notada ainda a baixa qualidade do texto e uma organização do mesmo pouco clara.</p> <p>Verificou-se ainda que a publicação científica é composta apenas por resumos de comunicações em congressos.</p> <p>Foi decidido recomendar ao docente o desenvolvimento da sua atividade de investigação, promovendo uma participação de maior qualidade em organizações e projetos científicos, assim como a produção de publicações com reconhecimento internacional, nomeadamente, a produção de artigos em revistas indexadas (ISI) com fator de impacto.</p> <p>Aconselhada ainda uma melhor integração nos trabalhos a desenvolver no laboratório em que está inserido.</p>
<p>✓ <b>Prof.ª Doutora Maria João Fernandes do Nascimento Alves (Quinquénio 2007-2012)</b></p>	<p>Aprovado com uma votação de 14 votos a favor e 4 votos contra.</p> <p>Recomendou-se à docente a integração no grupo de investigação de modo a que surjam resultados que testemunhem o aumento da qualidade do trabalho produzido, nomeadamente, a produção de artigos em revistas indexadas (ISI) com fator de impacto.</p>
<p>2 <b>Acumulação de Funções para lecionação</b></p>	<p>2 Foi uma vez mais abordada a questão da acumulação de funções e da apreciação dos efeitos da participação dos docentes em Escolas concorrentes da FMH, e indagar quais os benefícios científicos que daí advirão.</p> <p>Foi considerado necessário saber qual o impacte que estas colaborações têm tido na captação de alunos para a FMH.</p> <p>Foi considerada importante a elaboração de um documento em que sejam definidos critérios de incompatibilidade.</p> <p>Neste sentido, a Presidente solicitou aos presentes o envio de contributos para a elaboração de um documento orientador a ser discutido proximamente em Conselho Científico e que deverá ser distribuído à escola para vigorar no próximo ano letivo.</p>
<p><b>Escola Superior de Saúde Dr. Lopes Dias do Instituto Politécnico de Castelo Branco, nos termos do protocolo existente entre aquela instituição e a Faculdade de Motricidade Humana.</b></p> <p>✓ <b>Professor Doutor Pedro Luís Camecelha Pezarat Correia, lecionação no âmbito do</b></p>	<p>Aprovado por maioria com 15 votos a favor e 2 abstenções.</p> <p>Chama-se mais uma vez a atenção para o facto de ser necessário cumprir o despacho do Presidente da FMH em vigor e para a necessidade da existência de uma política de cooperação inter escolas claramente definida.</p>

<p>Curso de Fisioterapia das Unidades Curriculares <i>Estudos do Movimento Humano I e Estudos do Movimento Humano II</i>, de 2 horas semanais no ano letivo de 2012/2013 (1º e 2º semestres).</p>	
<p><b>3 Licença sabática</b></p>	<p><b>3</b></p>
<p>Requerimento de licença sabática pelo período de <b>um ano</b> a iniciar dia <b>1 de Janeiro de 2013</b> nos termos do n.º 1 do artigo 77.º do Decreto-lei n.º 205/2009 de 31 de Agosto e com o n.º 1 do artigo 11º do Despacho n.º 12992/2010, de 11 de Agosto.</p> <p>✓ <b>Prof. Doutor Luís Fernando Cordeiro Bettencourt Sardinha</b></p> <p>Propõe a sua substituição na lecionação das Disciplinas:</p> <p>✓ <i>Prescrição do Exercício</i> (2º Sem. 2012/2013) – Doutora Analiza Silva e Doutor Paulo Rocha;</p> <p>✓ <i>Exercício na Saúde e na Doença</i> (2º Sem. 2012/2013) – Doutor Ricardo Silvestre e Doutor Paulo Rocha;</p> <p>✓ <i>Atividade Física e Saúde Pública</i> (1º Sem, 2013/2014) – Doutor Paulo Rocha;</p> <p>✓ <i>Composição Corporal Humana</i> (1º Sem, 2013/2014) – Doutora Analiza Silva.</p> <p>➤ Anexa Programa de Trabalhos</p>	<p>Adiado</p>
<p>✓ <b>PROF.ª DOUTORA MARIA MARGARIDA MARQUES REBELO ESPANHA</b></p> <p>Relatório de licença sabática correspondente ao período de <i>1 de setembro de 2009 a 1 de setembro de 2010</i>, ao abrigo do artigo 77.º, n.º 4 do ECDU.</p>	<p>Foi dado conhecimento tendo-se felicitado a docente pelo trabalho realizado.</p>

<p>✓ <b>PROF.ª DOUTORA MARIA DE FÁTIMA MARCELINA BAPTISTA</b></p> <p>Relatório de licença sabática correspondente ao período de <i>1 de setembro de 2009 a 31 de agosto de 2010</i>, ao abrigo do artigo 77.º, n.º 4 do ECDU.</p>	<p>Foi dado conhecimento tendo-se felicitado a docente pelo trabalho realizado.</p>
<p><b>4 Regulamento dos Doutoramentos da FMH</b></p>	<p>4 Foi publicado em Diário da República o aditamento ao Regulamento dos Doutoramentos da FMH, no que concerne a classificação final (<b>Despacho N.º 10271/2012, D.R, 2.ª Série, N.º 147 de 31 de Julho de 2012</b>).</p>
<p><b>5 Distribuição de Serviço</b></p> <p>✓ Estatuto Bolseiro de Investigação</p>	<p>5 Em consequência da alteração da legislação relativa aos bolseiros de investigação já referida no ponto de informações, foi necessário proceder a reajustamentos na Distribuição de Serviço Docente.</p> <p>Relativamente à Distribuição de Serviço de Mestrados e de teses, a Presidente apelou à colaboração dos coordenadores de curso com a Divisão de Gestão de Assuntos Académicos.</p>
<p><b>6 Outros assuntos</b></p>	<p>6</p>
<p>✓ Curso breve - Avaliação da Aptidão Física (em anexo)</p>	<p>Foi dado Parecer positivo.</p> <p>De futuro o Conselho Científico deverá elaborar um formulário em que sejam especificados os pontos a desenvolver para que possa ser emitido um parecer fundamentado.</p>
<p>✓ Calendarização das Reuniões do Conselho Científico para o ano letivo 2012-2013</p>	<p>Relativamente ao calendário das reuniões do Conselho Científico já enviado, a Presidente informou que este deverá manter-se tendo, no entanto, salvaguardado a possibilidade de necessidade de alterações pontuais devido aos trabalhos decorrentes da fusão das universidades.</p>

Nada mais havendo a tratar, a Presidente terminou a reunião às 18 horas

\_\_\_\_\_  
(Prof.ª Doutora Leonor Moniz Pereira)

\_\_\_\_\_  
(Prof. Doutor Francisco José Bessone Ferreira Alves)

---

FACULDADE MOTRICIDADE HUMANA  
Universidade Técnica de Lisboa

---

# RELATÓRIO QUINQUENAL

## Miguel António de Almeida Garcia Moreira

Actividades realizadas no período compreendido entre  
2 de Outubro de 2007 e 1 de Outubro de 2012

---



Junho de 12

---

Relatório para efeitos de contrato de trabalho em funções públicas por tempo indeterminado na qualidade de Professor Auxiliar da Faculdade de Motricidade Humana em período experimental.

---

## ÍNDICE

1	INTRODUÇÃO .....	1
2	PERCURSO ACADÉMICO PRÉVIO AO DOUTORAMENTO .....	1
3	VERTENTE INVESTIGAÇÃO.....	3
3.1	Programas de investigação .....	3
3.2	Publicações.....	4
3.2.1	Resumo em revista indexada .....	4
3.2.2	Artigo em acta de conferência .....	4
3.2.3	Publicações em preparação .....	4
3.3	Participação em Projectos científicos .....	5
3.3.1	Projectos científicos a decorrer.....	5
3.4	Criação e reforço de meios laboratoriais .....	8
4	VERTENTE ENSINO.....	8
4.1	Conteúdos pedagógicos .....	8
4.1.1	Livro nacional .....	8
4.1.2	Protótipos experimentais adoptados em unidades curriculares .....	8
4.1.3	Artigo de Divulgação Técnico-Científica ou Artística .....	9
4.2	Actividade de ensino .....	9
4.2.1	1º Ciclo (Licenciatura).....	11
4.2.2	2º Ciclo (Mestrado) .....	16
4.2.3	Pós-graduações .....	19
4.2.4	Leccionação noutras instituições de ensino superior ao abrigo de protocolos de colaboração .....	20
4.3	Inovação pedagógica.....	20
4.3.1	Propostas de novas unidades curriculares.....	20
4.3.2	Criação ou reforço de infra-estruturas laboratoriais de natureza experimental de apoio ao ensino .....	21
4.4	Acompanhamento e orientação de estudantes.....	22
4.4.1	Mestrado (Dissertação ou Relatório) .....	22
4.4.2	Licenciatura (Estágio e Seminário) .....	22
4.5	Impacto da actividade lectiva.....	24
5	VERTENTE TRANSFERÊNCIA DE CONHECIMENTO .....	25
5.1	Livro Nacional de Divulgação Técnico-Científica.....	25
5.2	Membro de comissão científica de congresso .....	25
5.3	Incubação e formação de empresa .....	26

5.4	Acção de divulgação científica, tecnológica ou artística.....	26
5.5	Prestação de serviços e consultoria técnica.....	26
5.6	Formador no âmbito de protocolo com a universidade.....	26
5.7	Divulgação e promoção científica junto da comunicação social.....	27
5.7.1	Televisão.....	27
5.7.2	Radio.....	27
5.7.3	Imprensa escrita.....	28
5.8	Organização de congresso internacional.....	28
5.9	Parecer técnico solicitado.....	28
5.9.1	Câmara Municipal da Nazaré (2012).....	28
5.9.2	Câmara Municipal de Peniche (2012).....	29
5.10	Acções ou programas e intervenção comunitária com impacto social.....	29
5.11	Participação por convite em conferência nacional.....	29
5.12	Apresentação oral conferência nacional.....	29
5.13	Participação por convite em conferência internacional.....	29
5.14	Apresentação oral conferência internacional.....	30
5.15	Membro de associação de classe – Associação Nacional de Treinadores de Surf.....	30
6	VERTENTE GESTÃO UNIVERSITÁRIA.....	30
6.1	Cargos em órgãos da escola.....	30
6.2	Cargos em unidades e coordenação de cursos.....	30
6.2.1	Coordenador de Curso de Pós-Graduação.....	30
6.2.2	Coordenador de ano.....	31
6.3	Cargos e tarefas temporários.....	31
6.3.1	Membro de júri de prova de doutoramento.....	31
6.3.2	Membro de júri de prova de mestrado.....	31
6.3.3	Membro de júri do concurso especial para maiores de 23 anos.....	32
6.3.4	Membro de júri dos pré-requisitos (Ginástica).....	32
6.3.5	Pareceres como especialista.....	32
6.4	Outros cargos distribuídos pelos órgãos de gestão competentes.....	32
6.4.1	Coordenação Verão na Técnica, na FMH na 1ª (2011) e 2ª edição (2012).....	32
6.4.2	Coordenação Missão X Treinar como um astronauta.....	33
6.4.3	Comissão de estágios.....	33
6.4.4	Comissão técnica do Ginásio A.....	33

## 1 INTRODUÇÃO

Este documento<sup>1</sup> contém as actividades realizadas pelo docente no período compreendido entre 2 de Outubro de 2007 e 1 de Outubro de 2012, para efeitos de contrato de trabalho em funções públicas por tempo indeterminado, como estipulado no nº2 do despacho nº 23369/2009, publicado no D.R. 2ª Série nº 206 de 26 de Outubro.

O quinquénio 2007/12 é imediatamente após a obtenção do grau de Doutor, atribuído pela Universidade Técnica de Lisboa (UTL) em Outubro de 2007. Institucionalmente a actual filiação profissional é o Departamento de Desporto e Saúde da Faculdade de Motricidade Humana (FMH) da Universidade Técnica de Lisboa (UTL), na área disciplinar de Psicologia e Comportamento Motor, que integra o Laboratório de Perícia no Desporto.

É de acordo com as atribuições da docência universitária, definidas estatutariamente, e com o Regulamento de Avaliação de Desempenho dos Docentes da FMH (D.R. 2ª Série nº 233 de 2 de Dezembro de 2010) que desenvolvemos este relatório, descrevendo a actividade do docente avaliado nas vertentes investigação, ensino, transferência de conhecimento e gestão universitária. Para cada uma delas descrevemos o que foi realizado, procurando também, sempre que possível, relacionar com os projectos a desenvolver nos anos mais próximos. No entanto, tendo em consideração um percurso académico, anterior ao doutoramento, de treze anos, fizemos um resumo desse período.

## 2 PERCURSO ACADÉMICO PRÉVIO AO DOUTORAMENTO

A licenciatura em Educação Física e Desporto na FMH foi concluída em 1994, com a classificação final de catorze valores. A partir desse ano iniciámos a docência na FMH, como Monitor na disciplina Propedêutica das Actividades Desportivas/ Actividades Gímnicas e Metodologia do Treino Opção Actividades Gímnicas. Em 1997, após concurso, ficámos como Assistente Estagiário na disciplina Sistemática das Actividades Desportivas, mantendo as leccionações anteriores. Em 1999, após a obtenção do grau de Mestre em Gestão da Formação Desportiva (FMH-UTL) é efectuado o contrato de Assistente que termina em Outubro de 2007, com a defesa da tese de doutoramento, iniciando-se então o contrato de Professor Auxiliar além do quadro, que com as alterações legais passou a denominar-se: Professor Auxiliar da FMH em período experimental.

Foi ainda no decorrer da licenciatura que se realizou a primeira comunicação num congresso (1992), como resultado do trabalho de investigação, desenvolvido na disciplina de Psicologia do Desporto (3º ano):

Moreira, M.; Araújo, P.; Botequim, J.; Passos, P.; Xavier, L.; Serpa, S. (1992).  
Influência do Tipo de Actividade Gímnica no Estilo de Concentração e Nível de Ansiedade dos Ginastas (Poster). III Simpósio Nacional Sobre a Investigação em Psicologia, Lisboa.

---

<sup>1</sup> Não segue o novo acordo ortográfico

Antes de terminada a licenciatura também foi conseguida a primeira publicação (1993), associada à especialização em Metodologia do Treino – Actividades Gímnicas (4º ano), de um trabalho onde se desenvolveram os conteúdos didácticos e técnicos dos saltos para a água, que mais tarde constituíram matéria de ensino na disciplina Propedêutica das Actividades Desportivas – Actividades Gímnicas (1995-2000), da licenciatura em ciências do desporto, e dos cursos de treinadores de Saltos para a Água, da Federação Portuguesa de Natação:

Peixoto, C. & Moreira, M. (1993). Saltos Para a Água: Contributo Para Uma Análise. *Natação*, V, 23, 64-66.

O seminário de conclusão da licenciatura foi em psicologia do desporto (Caracterização Psicológica dos Praticantes de Trampolins: contribuição para a detecção e orientação de talentos) e parte dele foi apresentada num congresso internacional:

Moreira, M., Passos, P., Rocha, L., Silva, C. & Serpa, S. (1994). Sport Orientation In Individual Sports (Poster). Congrès International de la Société Française de Psychologie du Sport, Poitiers, France.

A investigação nas actividades gímnicas foi reconhecida pela Federação Portuguesa de Trampolins e Desportos Acrobáticos (emancipada em 1991 e reabsorvida em 2011 pela Federação de Ginástica de Portugal), com a atribuição do prémio para melhor investigação do ano, relativamente ao estudo caso efectuado com o melhor saltador português, que acabou por representar Portugal nos Jogos Olímpicos de Atenas (2004):

Moreira, M. (2001). Análise do “Take-off” no Trampolim: Elite Nacional vs Elite Internacional. VII Encontro Nacional de Trampolins e Desportos Acrobáticos, Seixal.

A tese de mestrado foi publicada através de um resumo, incluído no livro editado pela coordenação do mestrado em Gestão da Formação Desportiva:

Moreira, M. & Peixoto, C. (2004). Análise das Interações de Três Técnicas Gímnicas em Modalidades Diferenciadas. In V. Ferreira & P. Sarmento (Eds.) *Formação Desportiva Perspectivas de Estudo nos Contextos Escolar e Desportivo*, pp 139-164.

Com o objectivo de recolher dados para a investigação, que deu origem à tese de doutoramento “Matriz de Análise das Tarefas Desportivas- Sistema de classificação estrutural-Modelo Taxinómico do Surf”, iniciámos o projecto denominado “Surftec – Análise e desenvolvimento do surf. Apoio ao ensino e à competição”. Demos origem a um grupo de treino que permitiu a aplicação de novos métodos de treino e a formação de treinadores, a partir dos quais se alcançaram resultados de mérito em todos os escalões nacionais (campeões nacionais). Paralelamente foi possível suportar o crescimento do Surf na FMH, através de uma formação específica em Treino Desportivo (início em 2004) e com investigação contínua desta modalidade.

Em simultâneo com o trabalho de investigação para a tese de doutoramento, a nível internacional estivemos em duas Universidades Europeias, segundo o acordo bilateral com a FMH:

Na Józef Pilsudski Academy of Physical Education, Warsaw, participámos com a apresentação do estudo: Moreira, M. (2003). Matrix of Sport Tasks: Taxonomic surf model. First International Summer School for Young Researchers, Piekna Góra, Polska;

Na *Facultad de Ciencias del Deporte, Universidad de Extremadura, Cáceres*, leccionámos no curso de *Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, em dois anos consecutivos (2004 e 2005), os módulos: Especialización Deportiva en Gimnasia Artística, Cuarto curso, Trampolin; Alto Rendimiento en Gimnasia Artística, Quinto curso, Trampolin.

Os esclarecimentos na comunicação social e a consultoria técnica foram iniciados em 1992, como formador na Federação Portuguesa de Natação nos Saltos para a Água e como comentador das provas de Saltos para a Água: apresentadas na RTP (Jogos Olímpicos de Barcelona 1992, Atlanta 1996, Sydney 2000) e posteriormente no Eurosport (Jogos Olímpicos de Atenas 2004, Campeonatos da Europa de 2004 e 2006, Campeonatos do Mundo de 2005 e 2007).

Relativamente à gestão universitária participámos como Membro do Conselho Directivo, representando o corpo de outros docentes, de 17 Junho 2002 até Maio 2004, sendo de realçar a apresentação dos cursos da FMH (nas escolas secundárias) e alguns melhoramentos na gestão e qualidade das instalações (regulamentos de utilização, limpeza, sinalética, marketing), presentes no relatório efectuado no final do mandato.

### 3 VERTENTE INVESTIGAÇÃO

#### 3.1 PROGRAMAS DE INVESTIGAÇÃO

Como consequência da investigação desenvolvida no doutoramento e como continuidade dos estudos até então efectuados, tivemos neste quinquénio os principais interesses científicos centrados em duas linhas de investigação. Referimo-nos à Concepção Representativa e Análise da Tarefa Desportiva que diz respeito ao estudo das características das actividades desportivas e das suas tarefas, de forma a compreender as exigências da prática, relativamente ao indivíduo e ao envolvimento. O que permitirá identificar se as tarefas apresentadas em treino são representativas da actividade competitiva, bem como encontrar novas formas de manipular as tarefas (progressões pedagógicas), introduzindo novas abordagens no processo de ensino e de análise, num determinado desporto. Como segunda linha de investigação temos a Análise da Performance Desportiva onde se procura estudar os parâmetros que influenciam a prestação dos indivíduos, em situação competitiva, de forma a compreender os comportamentos e potenciar os níveis de rendimento. Assim fez todo o sentido ser membro

do Laboratório de Perícia no Desporto (Spert Lab), ao qual estão associados os estudos, publicações e projectos desenvolvidos, bem como as futuras investigações.

## 3.2 PUBLICAÇÕES

### 3.2.1 Resumo em revista indexada

Bortoleto, M., Peixoto, C. & **Moreira, M.** (2011). Modelo teórico para análise qualitativa das ações motoras acrobáticas: aplicação ao salto mortal a retaguarda. *Motriz, Revista de Educação Física, UNESP, Rio Claro, Brasil, 17, 1 (Supl.1), S13.*

### 3.2.2 Artigo em acta de conferência

**Moreira, M.** (2010). Análise estrutural e funcional das tarefas desportivas: Caracterização do Surf. In L. Carvalhinho, C. Sebastião & H. Frazão (Eds.), *III Jornadas de Desporto de Natureza e Turismo Activo – Jornadas Técnico-científicas de Surf e Canoagem, Escola Superior de Desporto de Rio Maior. Rio Maior: Edições ESDRM.*

**Moreira, M.** (2009). Análise Qualitativa das Séries de Trampolim nas Finais dos Jogos Olímpicos. In C. Peixoto, P. Barata, L. Vilar (Eds.), *Da prática à ciência. Artigos do 2º e 3º Congressos da Federação de Ginástica de Portugal 2007 e 2009, (pp. 87-92). Lisboa: Câmara Municipal de Lisboa.*

**Moreira, M.** & Peixoto, C. (2009). Matrix of analysis for sport tasks: a new method. In D. Araújo, J. Cabri & J. Barreiros (Eds.), *EWOMS'09 European workshop on Movement Science, (p. 92). Cruz Quebrada: Edições FMH.*

**Moreira, M.** & Peixoto, C. (2008). Matrix of Analysis for Sport Task: Taxonomic Surf Model. In J. Cabri, F. Alves, D. Araújo, J. Barreiros, J. Diniz & A. Veloso (Eds.), *Book of Abstracts of the 13th Annual Congress of the European College of Sport Science, Estoril, Portugal, (p. 291). Lisboa: Editorial do Ministério da Educação.*

**Moreira, M.** & Peixoto, C. (2008). Inventory of Surf Techniques. In J. Cabri, F. Alves, D. Araújo, J. Barreiros, J. Diniz & A. Veloso (Eds.), *Book of Abstracts of the 13th Annual Congress of the European College of Sport Science, Estoril, Portugal, (p. 701). Lisboa: Editorial do Ministério da Educação.*

### 3.2.3 Publicações em preparação

Tendo terminado alguns trabalhos de investigação, estamos a finalizar os respectivos artigos, com vista à sua submissão para revistas com revisão de pares.

**Moreira, M.** (a submeter). Professional surfer's behavior in competition environment: Rip Curl Pro Portugal case study. *International Journal of Sports Science & Coaching.*

**Moreira, M.** & Sequeira, N. (a submeter). Surfing as a subject of research and outdoor learning. *Journal of Adventure Education and Outdoor Learning.*

Bellino, A. & **Moreira, M.** (a submeter). O que caracteriza uma onda de qualidade na opinião de jovens surfistas portugueses. REEF Journal.

Dias, P. & **Moreira, M.** (a submeter). Training Program Profile of Portuguese Bodyboarding: A Case Study. Australian Journal of Outdoor Education.

**Moreira, M.** & Peixoto (a submeter). Inventory of Surf Techniques. Journal of Experiential Education.

**Moreira, M.**, Peixoto, C. & Araújo, D. (a submeter). Ecological Dynamics and Task Analysis to Enhance Functional Correspondence Between Settings. Journal of Sports Sciences.

Bortoleto, M., Peixoto, C. & **Moreira, M.** (a submeter). Técnicas Gímnicas e Ajudas Manuais. Interação entre os Objectivos da Técnica e a Colocação das Mãos. Motriz, Revista de Educação Física.

### 3.3 PARTICIPAÇÃO EM PROJECTOS CIENTÍFICOS

A actividade científica em desenvolvimento, não financiada, é realizada no Laboratório de Perícia no Desporto. No entanto está em elaboração um projecto para submeter como proposta de projecto I&DT no próximo concurso da FCT, de forma a obter financiamento.

#### 3.3.1 Projectos científicos a decorrer

##### 3.3.1.1 Projecto Mão na Bola/Bola na Mão

Considerando alguns trabalhos que têm sido desenvolvidos na FMH, em particular no Laboratório de Perícia no Desporto, relacionados com a análise da tarefa, e o protocolo com a Liga Portuguesa de Futebol Profissional (LPFP), surgiu a possibilidade de avançar para um estudo, em colaboração com a Comissão de Arbitragem, que respondesse a algumas das dificuldades sentidas pelos Árbitros, na sua análise das situações de jogo, tidas como infracções às regras.

Participam no projecto, como investigador responsável o redactor deste relatório e os investigadores Vítor Pereira (LPFP), João Pina (LPFP) e Duarte Araújo (FMH).

O estudo surge devido à dificuldade em identificar correctamente, nas diferentes condições de prática, as infracções às leis do jogo, que penalizam os contactos da mão com a bola, considerando que existe um parâmetro subjectivo, inerente a essa situação, denominado "intencionalidade".

Pretendemos identificar as situações em que pode surgir um contacto da mão com a bola, diferenciando das situações em que o contacto é da bola com a mão, discriminando o que são as faltas a assinalar. Outro objectivo é analisar as acções mais comuns, de forma a encontrar indicadores (componentes e condicionantes) que possibilitem uma avaliação mais eficiente por parte do árbitro, possibilitando uma intervenção com mais confiança e com um menor número de erros nas infracções assinaladas. O terceiro objectivo está associado ao desenvolvimento de um programa/ método que facilite a formação e reciclagem dos árbitros, bem como a preparação da sua intervenção, ao longo da época.

Iniciámos o estudo com a identificação e classificação das situações em que existe contacto da mão com a bola, através de uma taxinomia. Recorremos à triangulação de dados, onde considerámos a informação recolhida através da bibliografia, da observação das situações e da opinião dos peritos, relativamente às situações com maior ocorrência. Posteriormente efectuámos a análise estrutural e funcional das acções identificadas, como forma de as compreender e diferenciar, através de parâmetros objectivos, relacionados com a acção segmentar e dos aspectos mecânicos inerentes. Assim é possível a identificação das diferenças entre as acções em que o contacto é da mão com a bola e aquelas em que o inverso acontece, considerando os constrangimentos do indivíduo, da tarefa e do contexto. Nesta fase recorreremos à análise de vídeos, através do software SIMI Motion Twin, considerando as referências constantes nas leis do jogo.

Após esta fase foi efectuada a apresentação dos resultados:

Moreira, M. & Pereira, V. (2011). Mão na bola ou bola na mão. 3ª Acção de Avaliação e Aperfeiçoamento de Árbitros e Árbitros Assistentes, Liga Profissional de Futebol. Luso.

Pretendemos desenvolver um organigrama de referência, de forma a facilitar a identificação das diferentes situações identificadas no jogo. Finalmente apresentaremos as soluções para a preparação dos árbitros, com a apresentação dos aspectos relevantes identificados na análise estrutural e funcional e posteriormente, numa continuidade deste trabalho, podemos desenvolver um módulo de formação e um programa de treino para os árbitros.

Além destas propostas serão apresentados os resultados em congressos da especialidade e está em desenvolvimento um artigo para publicação:

Moreira, M., Pina, J. & Pereira, V. (em desenvolvimento). Qualitative Analysis on Footballers' Behaviors Leading to an Handling the Ball Infringement.

### 3.3.1.2 Projecto Garret McNamara

Considerando a experiência acumulada na FMH, relativamente ao estudo do surf e às possibilidades instrumentais para acrescentar conhecimento, propusemos o cálculo da altura da onda surfada por Garrett McNamara, na praia do norte, na Nazaré e posteriormente fomos contactados pela Câmara Municipal da Nazaré, de forma a dar continuidade a esta análise.

De momento apenas o redactor deste relatório participa como investigador responsável.

O projecto surge devido à dificuldade em calcular a medida das ondas em rebentação, razão pela qual a onda foi estimada em 90 pés (cerca de 30 metros), sendo um feito que colocou o surfista havaiano e a onda portuguesa nos favoritos nas categorias de Surfada do Ano nos prémios Billabong XXL Awards, considerados pela indústria do surf de "Óscares das Ondas Grandes".

Procuramos com este estudo desenvolver um método de medição do tamanho da onda, recorrendo aos fotogramas 2D e utilizando o software Simi Motion Twin. Com este método é necessário uma medida constante (escala), razão pela qual recorreremos à medida da prancha de Garrett McNamara, disponibilizada pelo mesmo.

Os primeiros dados recolhidos (valor médio 30 metros) foram disponibilizados para a Câmara Municipal da Nazaré reforçar a candidatura, desta onda, no concurso para o qual era favorita e acabou por ganhar (Billabong XXL Awards).

O Garrett McNamara foi convidado, pela Câmara Municipal da Nazaré, a participar num projecto com a duração de três anos (2010-2012), de forma a explorar a potencialidade das ondas da praia do norte, que tem a particularidade de ser influenciada pelo Canhão da Nazaré (fenómeno geomorfológico submarino) que provoca o aparecimento de ondas de um tamanho fora do vulgar, permitindo divulgar a região como destino de surf de ondas grandes. A possibilidade de alargar o estudo, pela presença do surfista por mais um ano, aliado ao facto do resultado atribuído à medida da onda surfada por Garrett (78 pés; o surfista e a onda entram para Guinness Book of Records), não ser consensual, acrescenta ao projecto mais uma fase. Assim vão ser analisadas mais ondas e novas prestações com recolha de imagens exclusivamente para este efeito.

Esperamos então encontrar uma forma mais simples e objectiva de calcular a medida das ondas, especificando os parâmetros a ter em consideração.

### 3.3.1.3 Projecto I&DT a submeter

O projecto a submeter para financiamento FCT intitula-se: “Parâmetros que influenciam a qualidade da onda, caracterização e classificação das ondas portuguesas”. Este projecto é em parceria com o Instituto Hidrográfico, na pessoa do Comandante Santos Martinho, contando com a participação dos investigadores Ana Horta (Instituto Superior Técnico), Sérgio Nunes (Instituto Superior de Economia e Gestão) e Sérgio Leandro (Escola Superior Tecnologia do Mar), ficando como investigador responsável o autor deste relatório.

Este projecto tem origem no artigo de Sérgio Nunes “O surf como fenómeno multidimensional integrador de valor” referente à apresentação no I seminário sobre o impacto do surf na sociedade (Figueira da Foz, 2010), associado ao documento do mesmo autor (2011), “Há valor em Portugal” (não publicado) e para o qual contribuímos com uma perspectiva para a dimensão desportiva do surf.

Daqui decorre a necessidade de classificar as praias e as suas ondas, como forma de operacionalizar o surf como recurso integrador de valor.

Pretendemos então encontrar os parâmetros que definem a qualidade de uma onda, relativamente às diferentes vertentes (desportiva; económica e social; comercial e financeira; ambiental; histórica e cultural), para depois caracterizarmos as praias portuguesas. Cada uma destas vertentes está a ser desenvolvida pelos investigadores associados às diferentes áreas de estudo.

Relativamente à vertente desportiva pretende-se encontrar parâmetros técnicos (prestação motora e trajectórias na onda) que caracterizem diferentes níveis técnicos na prestação desportiva, ao qual será atribuído um valor, naturalmente associado aos parâmetros que caracterizam a onda em rebentação. Estes parâmetros em parte estão identificados, mas pretende-se através de registos do comportamento da onda, efectuados no Instituto Hidrográfico (bóias na rebentação a colocar pela marinha portuguesa), ou seja, através de novos métodos, confrontar os estudos já existentes e caracterizar a realidade portuguesa.

### 3.4 CRIAÇÃO E REFORÇO DE MEIOS LABORATORIAIS

Com o intuito de formalizar um domínio científico onde fossem consagrados os aspectos relacionados com o rendimento desportivo e a didáctica dos desportos, conjugados com a perícia, e a propósito da organização científica da FMH (2010), participámos no processo de criação e enquadramento do Laboratório de Perícia no Desporto (Spert Lab). Como forma de apetrechamento e reforço dos meios laboratoriais liderámos o processo de aquisição de:

- Duas camaras de vídeo SANYO Xacti WH1, de alta definição e impermeáveis, com bolsa de transporte, cartão de memória e duas baterias extra, para recolha de imagens, dentro e fora de água, para posterior análise.
- Duas licenças do software Simi Motion Twin, para análise de vídeo e medições 2D em fotogramas, como forma de apoio às investigações previstas.

#### Membro de comissão científica

Membro da Comissão Científica da Applied Research in Gymnastics  
(<http://www.fmh.utl.pt/science-gymnastics/index.php/pt>)

Applied Research in Gymnastics, é uma página na internet, com editorial board (César Peixoto, Eunice Lebre e Moném Jemni), que tem como objectivos providenciar informação e divulgação sobre as ACTIVIDADES GÍMNICAS. Pretende aumentar o conhecimento baseado quer na área da investigação com metodologias científicas, mas também com artigos de diversos paradigmas (revisão; relatórios; opinião; entre outros) técnicos e de aplicação prática directa. As publicações são com revisão de pares.

## 4 VERTENTE ENSINO

### 4.1 CONTEÚDOS PEDAGÓGICOS

#### 4.1.1 Livro nacional

Peixoto, C. & **Moreira, M.** (em conclusão). Actividades Gímnicas. Conceitos e conteúdos. A publicar por Edições FMH, como livro de apoio às disciplinas de Actividade Gímnicas.

Peixoto, C. & **Moreira, M.** (em desenvolvimento). Fundamentos da Sistemática das Actividades Físicas e Desportivas. A publicar por Edições FMH, como livro de apoio à disciplina.

#### 4.1.2 Protótipos experimentais adoptados em unidades curriculares

Foram desenvolvidos protótipos experimentais de âmbito pedagógico, nomeadamente um skate carving e dois skates bodyboarding, para apoio ao treino e à didáctica dos desportos de deslize que têm sido utilizados nas unidades curriculares de SAFD, Estágio I e Pedagogia do Desporto, pertencentes à licenciatura em Ciências do Desporto, bem como na Pós-graduação em surf e no Utrecht Summer School – Back to the sea: Surfing Training Methodology. Foram desenvolvidos ainda dois protótipos de

apoio à investigação, os take-off skate, que também servem de apoio ao ensino, sendo utilizados nas disciplinas supra-citadas (anexo 1).

#### **4.1.3 Artigo de Divulgação Técnico-Científica ou Artística**

Moreira, M. (2008). As capacidades motoras I – Flexibilidade. Freesurf Magazine, 6, 43.

Moreira, M. (2008). O treino técnico III – A análise das tarefas. Freesurf Magazine, 5, 45.

Moreira, M. (2008). O treino técnico II – As trajectórias. Freesurf Magazine, 4, 41.

Moreira, M. (2008). O treino técnico I – As manobras. Freesurf Magazine, 3, 39.

Moreira, M. (2008). O que é o treino. Freesurf Magazine, 2, 41.

Moreira, M. (2008). O que é o surf. Freesurf Magazine, 1, 33.

## **4.2 ACTIVIDADE DE ENSINO**

No período a que se reporta este relatório a actividade de ensino foi efectuada na FMH, no âmbito da Unidade Orgânica de Ciências do Desporto e posteriormente, em virtude da revisão científica, no Departamento de Desporto e Saúde. Registaram-se também neste período (2007/2008) algumas alterações nos planos de estudos, tendo em consideração a adequação ao processo de Bolonha.

A actividade lectiva foi realizada com a participação no 1º ciclo, no 2º ciclo e em Pós-graduações, incluindo a regência interina, das unidades curriculares do ano lectivo 2008-09, em virtude das férias sabáticas do Prof. Doutor César Peixoto. As restantes regências e as unidades curriculares leccionadas estão apresentadas nos quadros 1 e 2. Quanto à qualidade das unidades curriculares (U.C.), em aproximadamente metade dos casos não foram disponibilizados valores pelo Conselho Pedagógico, ou não estão atribuídos resultados na unidade curricular leccionada. Por outro lado verificou-se que, em várias situações, o número de inquiridos não corresponde a dois terços do número total de alunos inscritos.

Quadro 1. Ensino 1º ciclo

<i>Tipo de Unidades Curriculares</i>	<i>Número de Horas Semanais</i>	<i>Número de Alunos</i>	<i>Qualidade da U. C.</i>	<i>Descrição</i>
Leccionação e regência	1,23	4		<i>Estágio em Treino Desportivo II - Surf, 3º ano, Lic. C. Desporto, Menor Treino Desportivo, 2º sem 2011-12</i>
Leccionação e regência	1,25	13		<i>Estágio em Treino Desportivo I - Surf, 3º ano, Lic. C. Desporto, Menor Treino Desportivo, 1º sem 2011-12</i>
Leccionação	0,25	100		<i>Didáctica das Actividades Desportivas I - Actividades Gímnicas I, 1º ano, Lic. C. Desporto, 2º sem 2011-12</i>
Leccionação	2,27	133		<i>Sistemática das Actividades Físicas e Desportivas, 2º ano, Lic. C. Desporto, 1º sem 2011-12</i>
Leccionação e regência	1	11		<i>Estágio em Treino Desportivo II - Surf, 3º ano, Lic. C. Desporto, Menor Treino Desportivo, 2º sem 2010-11</i>
Leccionação e regência	0,75	23	4,47	<i>Estágio em Treino Desportivo I - Surf, 3º ano, Lic. C. Desporto, Menor Treino Desportivo, 1º sem 2010-11</i>
Leccionação	2,25	150		<i>Sistemática das Actividades Físicas e Desportivas, 2º ano, Lic. C. Desporto, 1º sem 2010-11</i>
Leccionação e regência	0,13	1		<i>Estágio em Treino Desportivo II - Surf, 3º ano, Lic. C. Desporto, Menor Treino Desportivo, 2º sem 2009-10</i>
Leccionação e regência	2,625	7	5	<i>Estágio em Treino Desportivo I - Surf, 3º ano, Lic. C. Desporto, Menor Treino Desportivo, 1º sem 2009-10</i>
Leccionação e regência	0,375	1	5	<i>Estágio em Treino Desportivo I - Actividades Gímnicas, 3º ano, Lic. C. Desporto, Menor Treino Desportivo, 1º sem 2009-10</i>
Leccionação	3,1	130	3	<i>Sistemática das Actividades Físicas e Desportivas, 2º ano, Lic. C. Desporto, 1º sem 2009-10</i>
Leccionação e regência	0,38	3		<i>Actividades de Estágio em Treino Desportivo - Surf, 3º ano, Lic. C. Desporto, Menor Treino Desportivo, 2º sem 2008-09</i>
Leccionação e regência	4	7	5	<i>Opção Desportiva - Actividades Gímnicas, 4º ano, Lic. C. Desporto, ramo Ed. Física e Desporto Escolar, 2º sem 2008-09</i>
Leccionação e regência	7,3	116	3	<i>Sistemática das Actividades Físicas e Desportivas, 2º ano, Lic. C. Desporto, 1º sem 2008-09</i>
Leccionação e regência	1,5	4	4	<i>Metodologia do Treino Opção I - Surf, 3º ano, Lic. C. Desporto, Menor Treino Desportivo, 1º sem 2008-09</i>
Leccionação e regência	0,75	2	4	<i>Metodologia do Treino Opção I - Actividades Gímnicas, 3º ano, Lic. C. Desporto, Menor Treino Desportivo, 1º sem 2008-09</i>
Leccionação	0,38	4		<i>Metodologia do Treino Estágio - Surf, 4º ano, Lic. C. Desporto, ramo Treino Desportivo, 2º sem 2007-08</i>
Leccionação	2,8	146	3	<i>Sistemática das Actividades Físicas e Desportivas, 2º ano, Lic. C. Desporto, 2º sem 2007-08</i>
Leccionação	2	9	4	<i>Opção Desportiva - Actividades Gímnicas, 4º ano, Lic. C. Desporto, ramo Ed. Física e Desporto Escolar, 2º sem 2007-08</i>

Quadro2. Ensino 2º ciclo

<i>Tipo de Unidades Curriculares</i>	<i>Número de Horas Semanais</i>	<i>Número de Alunos</i>	<i>Qualidade da U. C.</i>	<i>Descrição</i>
Leccionação e regência	0,25	1		<i>Estágio - Surf, 2º ano, Mestrado em Treino Desportivo 2011-12</i>
Leccionação	1,05	1	4	<i>Metodologia do Treino Específica - Surf, 1º ano, Mestrado em Treino Desportivo, 2º sem 2010-11</i>
Leccionação e regência	0,25	1		<i>Estágio - Surf, 2º ano, Mestrado em Treino Desportivo 2010-11</i>
Leccionação	0,46	50		<i>Ensino e Treino do Desporto Escolar, 1º ano, Mestrado em Educação Física e Desporto Escolar, 1º sem 2010-11</i>
Leccionação	0,29	45		<i>Treino da Técnica e da Tática Desportivas, Mestrado em Treino Desportivo, 1º sem 2010-11</i>
Leccionação	1,05	1		<i>Metodologia do Treino Específica - Surf, 1º ano, Mestrado em Treino Desportivo, 2º sem 2009-10</i>
Leccionação	0,29	6		<i>Treino da Técnica e da Tática Desportivas - Desportos Individuais, 1º ano Mestrado em Treino Desportivo, 1º sem 2009-110</i>

#### 4.2.1 1º Ciclo (Licenciatura)

##### 4.2.1.1 Leccionação da disciplina Didáctica das Actividades Físicas e Desportivas – Actividades Gímnicas

Esta unidade curricular está integrada na Licenciatura de Ciências do Desporto, nos dois primeiros anos, incluindo módulos de diferentes modalidades desportivas, sendo a nossa intervenção nas Actividades Gímnicas (AG). Quando iniciámos o nosso percurso académico, participámos na reestruturação do módulo de AG da disciplina, então denominada Propedêutica das Actividades Desportivas (PAD), que após a revisão curricular em 2003 se passou a denominar Actividades Físicas e Desportivas (AFD), sofrendo ligeiras alterações nos conteúdos, mas também nos professores que nela leccionavam. Após a reforma imposta pela adequação dos cursos ao processo de Bolonha, em 2008/09 a disciplina passou a denominar-se Didáctica das Actividades Físicas e Desportivas (DAFD) e ficou sujeita a uma reorganização que implicou alterações na estrutura e na carga horária, visto que a disciplina passou a ser semestral. Assim os módulos, anteriormente leccionados de uma forma concentrada, com aproximadamente 20 aulas em cada ano, passam a surgir com blocos de aproximadamente 10 aulas em cada semestre. Embora a carga horária para o currículo final seja semelhante, através desta separação por semestres, verifica-se uma divisão dos conteúdos programáticos e uma multiplicação dos momentos de avaliação, com uma conseqüente alteração no processo de ensino-aprendizagem.

O programa das anteriores disciplinas foi coordenado pelo Prof. Doutor César Peixoto, com as necessárias alterações a serem efectuadas pelos docentes que leccionaram nos respectivos anos. No ano lectivo 2011/12 ao retomarmos a leccionação de um dos módulos, assumimos também a coordenação das AG na DAFD, aproveitando para desenvolver e aplicar o necessário

reajustamento do programa, a partir dos aspectos negativos provenientes da semestralização dos módulos lectivos e das diferentes distribuições de serviço.

Embora os conteúdos base do programa se mantivessem fiéis, aos conceitos didácticos e pedagógicos, do programa PAD, identificámos uma perda de continuidade entre os diferentes módulos (DAFD I, DAFD II, DAFD III e DAFD IV) com a formação especializada no menor em Treino Desportivo, da licenciatura em Ciências do Desporto, no mestrado de Educação Física e no mestrado em Treino Desportivo. Elaborámos então o quadro 3, como forma de inter-relacionar os conteúdos dos diferentes módulos, evidenciando os conteúdos de formação nas diferentes disciplinas onde são abordadas as AG.

Quadro 3. Estrutura da Formação em AG na FMH

1º ciclo	Componente Geral Maior Ed. Física				C. Específica Menor T. D.	
	1º ano		2º ano		3º ano	
	1º sem	2º sem	1º sem	2º sem	1º sem	2º sem
	AG 1	AG 2	AG 3	AG 4	ETD I	ETD II
	Fundamentos; Trampolins	Processo ensino e análise; PNEF; Artística	? Rítmica	Exercício e sessão; Acrobática e G. para todos	Desenvolvimento Técnico, tático e físico	Estágio Observação e análise do treino
2º ciclo	Ed. Física			Treino Desportivo		
	1º ano		1º ano		2º ano	
	1º sem	2º sem	1º sem	2º sem	1º sem	2º sem
	ETDE I	ETDE II	--	MT Específica	Estágio	
	Planeamento Didáctica	D. Escolar		M Treino aplicados	Aplicação prática / intervenção no treino	

Com a nossa intervenção iniciámos um processo de reajustamento dos conteúdos e dos procedimentos, de forma a realçar o Projecto de Formação em AG, procurando que se evidencie das demais instituições formadoras, através da sua qualidade. Com diferentes professores envolvidos é fundamental que todos se identifiquem com o projecto e que este permita alcançar os objectivos do Plano Nacional de Educação Física (PNEF) e do Programa Nacional de Formação de Treinadores (PNFT). Entendemos que tal é possível com a uniformização dos conteúdos, das aulas por semestre e da avaliação. Um dos pontos, ainda sem solução, pode ser identificado nas AG3 (quadro 2), que é dedicado exclusivamente a uma das disciplinas das AG (Ginástica Rítmica), não estando por isso bem enquadrado na estrutura supra referida.

Conseguimos ao longo do 1º ciclo uma caracterização da actividade, com o seu enquadramento institucional (nacional e internacional) e com a caracterização das diferentes disciplinas que a constituem. Para depois se abordar o processo de ensino e o processo de análise, de acordo com a distribuição apresentada no quadro 4.

Quadro 4. Conteúdos das AG no 1º Ciclo

	AG 1	AG 2	AG 3	AG 4
<b>CONTEÚDOS</b>	Fundamentos; Trampolins e tumbling	Processo de ensino e análise; PNEF; Artística	Rítmica	Exercício e sessão; Acrobática e G. Para Todos
	Taxinomia Activ. Gimnicas	Processo ensino: Aprendizagem das técnicas ligações elementos		Processo ensino: Construção do exercício Coreografia
	Terminologia e Quadro Sinóptico	Processo ensino: Etapas de formação Organização da sessão		Formação e movimentação dos ginastas Na sessão e G. Para Todos
	Fundamentos e similaridades motoras: Balanços, Saltos, Rotações	Processo de análise: Análise estrutural e funcional		Estrutura da sessão Aquecimento, coordenação e flexibilidade
	Processo ensino: Aprendizagem das técnicas Progressões, AFI, Meios facilitadores, Sentido de rotação	O Plano Nacional Ed. Física Estrutura Programa Alternativas		
	Caracterização dos trampolins e tumbling	Caracterização Artística		Caracterização da Acrobática e G. Para Todos
Avaliação elementos: Trampolim, Solo, Salto cavalo	Avaliação ligações: Trave, BF, Paralelas, C. Arções, Argolas, Solo		Avaliação exercícios: Elaborar e executar plano de aprendizagem figura ou exercício Exercício com 2'30	

A unidade curricular DAFD I (1º semestre, 1º ano) tem 9 ECTS, distribuídos por várias modalidades, e o módulo que leccionámos é o AG1, com 19,5 horas teórico-práticas, leccionadas em 13 aulas de 1,5 horas, para 3 das 6 turmas da licenciatura de ciências do desporto, na 2ª e 3ª rotação (anexo 2). Com o actual plano curricular pretende-se que os alunos alcancem os seguintes objectivos:

- Conhecer o Universo Gímnico, as modalidades e as disciplinas que o integram, e as similaridades motoras que justificam uma fase inicial do plano de desenvolvimento idêntica para todas;
- Conhecer o processo ensino-aprendizagem dos elementos técnicos abordados (meios facilitadores/progressões pedagógicas);
- Conhecer qual intervenção do professor (técnicas de ajuda) nos elementos técnicos abordados nos diversos aparelhos;
- Domínio de elementos técnicos fundamentais nos diferentes aparelhos (Argolas, Barra, Paralelas, Salto Cavalo, Solo, Trampolim e Mini-trampolim);
- Caracterizar os Trampolins e o Tumbling identificando as suas particularidades.

Referimo-nos neste módulo às AG como um todo, de onde se destacam a diferentes disciplinas pelas suas particularidades, mas a sua iniciação, não só é semelhante, como deve ser feita de uma forma integrada, para mais tarde se distinguirem as práticas. É portanto uma abordagem à iniciação na ginástica com o conhecimento e controlo dos elementos técnicos fundamentais, independentemente do contexto em que é executada (escola, clube, ...). Para uma análise mais detalhada dos conteúdos, apresentamos no anexo 2 o programa onde consta a avaliação e a bibliografia de apoio.

#### 4.2.1.2 Regência e leccionação das disciplinas Estágio em Treino Desportivo I e II

Estas unidades curriculares estão integradas na Licenciatura de Ciências do Desporto, no 3º ano do menor em Treino Desportivo, sendo respectivamente no primeiro e no segundo semestre.

Ambas as disciplinas têm origem na Opção Desportiva, orientada para uma especialização, tendo como referência a educação física e o desporto escolar, mas após a revisão curricular, em 2003, passou a ficar centrada na lógica do rendimento desportivo. Além de se passar a denominar Metodologia do Treino Opção, tem um significativo aumento na carga horária, surgindo em quatro semestres consecutivos (Opção I, II, III e IV Estágio), no 3º e no 4º ano da licenciatura. Quando assumimos a regência, em 2008/09, somos confrontados com a reforma imposta pela adequação dos cursos ao processo de Bolonha, e a disciplina passou a denominar-se Estágio em Treino Desportivo I (ETD I) e Estágio em Treino Desportivo II, ficando sujeita a uma reorganização relativamente aos conteúdos, mas também quanto à carga horária (redução de 4 para 2 semestres).

O ETD I tem por objectivo promover a formação necessária à resolução das tarefas inerentes à intervenção do professor-treinador, no âmbito da organização, planeamento, condução e controlo do treino nas diferentes etapas da carreira do praticante: da iniciação ao alto rendimento. Esta unidade curricular tem 6 ECTS com 117 horas teórico práticas, sendo a carga horária semanal de 6 horas, dividida em dois módulos de 3 horas, possibilitando o desenvolvimento fundamentado dos conteúdos teóricos e dos princípios metodológico-didáticos do Treino Desportivo de uma dada modalidade desportiva (opções à escolha: Andebol, Atletismo, Basquetebol, Futebol, Ginástica, Judo, Luta, Natação, Orientação/ Escalada, Surf, Ténis e Voleibol). A carga horária semanal do estágio no clube/ instituição de acolhimento é de 3 horas, para proporcionar as vivências inerentes ao contexto real, associadas à organização e gestão do treino e à participação no contexto competitivo (anexo 3). No ETD II pretende-se que o aluno estagiário relacione os saberes próprios da sua especialidade, os saberes transversais e interdisciplinares, com as actividades profissionais associadas ao treino, nas áreas: Organização e gestão do processo de treino; Participação na competição; Relação com a comunidade. Tem a duração de um semestre lectivo, com 10 ECTS, correspondentes a 280 horas, das quais 130 são destinadas a actividades supervisionadas e 150 horas a outras actividades. O estágio é numa instituição de acolhimento, com 8 horas semanais acompanhadas pelo orientador treinador e a orientação tutorial, na FMH, é de 2 horas (anexo 4).

#### 4.2.1.3 Leccionação da disciplina Estágio em Treino Desportivo I e II – Surf

A leccionação segue, como referência, os objectivos, o modelo de formação e o modelo de avaliação, apresentados no programa geral da disciplina. As aulas teóricas e teórico-práticas decorrem na FMH, mas também nas praias mais próximas (Carcavelos, Guincho, Caparica). Assim procura-se dotar os alunos com a formação específica do surf inerente à intervenção do professor-treinador, através da caracterização do contexto de prática, para possibilitar uma análise que potencie a organização do treino e a participação em competição. Além da abordagem à didáctica dos aspectos técnicos, promove-se também uma capacidade de análise das tarefas realizadas em treino e em competição. Compreender a complementaridade do

treino específico em seco (ginásio e skates) com o treino específico no mar é o cerne dos conteúdos práticos, complementado com a abordagem à componente táctica da prestação na competição. Os conteúdos específicos leccionados na unidade curricular estão disponíveis no anexo 5.

A leccionação na unidade curricular de ETD II surge em sequência pedagógica com o ETD I, no segundo semestre, sendo os objectivos gerais das actividades de estágio formulados e estruturados em estreita articulação com as áreas de intervenção profissional, através da elaboração e supervisão das tarefas previamente estabelecidas nas reuniões semanais na FMH. Cada aluno é colocado numa instituição de acolhimento que no caso do surf têm sido a Carcavelos Surf School, a Future Surf School, a Guincho Surf School, a Puro Surf Boardsports Academy, o Surfing Clube de Portugal e a Surftechnique. Embora o estágio seja principalmente de observação procuramos junto das diferentes instituições potenciar a participação prática, pelo estagiário, na liderança de partes da sessão, além da análise da participação de no mínimo um surfista, em treino, em competição e noutras actividades de preparação. Assim durante as reuniões semanais são disponibilizadas informações que permitam ao estagiário organizar a sua participação e ter pontos de referência para as diferentes análises a efectuar, nomeadamente o número de viagens na ondas realizadas, a direcção, o tipo de onda escolhido e a sua relação com os objectivos de treino ou competição. Sendo uma unidade curricular com carácter aplicativo temos como objectivos mais específicos:

- Na organização e gestão do processo de treino dotar os alunos de referências quanto ao planeamento e à condução do treino, com o domínio da relação entre cargas de treino, volume e intensidade e relativamente ao desenvolvimento das técnicas (manobras) para dominar a viagem na onda (rendimento);
- No contexto competitivo pretende-se que os estagiários dominem as rotinas de preparação da competição, de análise do envolvimento (condições de prática – ondas, correntes, adversários), e da estratégia competitiva com algumas tácticas alternativas;
- Na relação com a comunidade procura-se reforçar os conhecimentos com uma análise da concepção e organização de eventos (campeonatos, estágios) e da caracterização do grupo de treino e do seu enquadramento socio-cultural, culminando na realização do evento de apresentação das actividades realizadas, através da sessão de posters efectuada na FMH.

#### 4.2.1.4 Leccionação da disciplina Estágio em Treino Desportivo I – Ginástica

Também aqui a leccionação segue, como referência, os objectivos, o modelo de formação e o modelo de avaliação, apresentados no programa geral da disciplina, seguindo a lógica do projecto de formação das AG, iniciado no 1º ano da licenciatura, tal como fizemos referência, na apresentação da unidade curricular DAFD. A leccionação é em parceria com o prof. Doutor César Peixoto, de acordo com a organização disponibilizada no anexo 6, ficando da nossa responsabilidade os módulos relativos a: Condição física vs técnica; Conteúdos técnicos específicos (rotações eixo transversal e eixo longitudinal); Conteúdos técnicos específicos da acrobática (equilíbrios e dinâmicos); Evolução e construção das rotinas técnicas (construção do exercício gímico). Procuramos dotar os alunos com conhecimentos transversais nas AG, que

posteriormente são adaptados a cada uma das disciplinas, tendo em consideração as suas particularidades.

#### 4.2.1.5 Sistemática das Actividades Físicas e Desportivas

Esta unidade curricular está integrada na Licenciatura de Ciências do Desporto, no 1º semestre do 2º ano, com 2,5 ECTS correspondentes a 13 horas teóricas e 19,5 horas teórico práticas, leccionadas numa aula teórica de 60 minutos e numa aula teórico prática de 90 minutos para cada turma.

Após a revisão curricular em 2003, registam-se ligeiras alterações nos conteúdos, mas também nos professores que nela leccionavam, essencialmente devido à redução das unidades de crédito atribuídas à disciplina. Mas é após a reforma imposta pela adequação dos cursos ao processo de Bolonha, em 2008/09 que a disciplina ficou sujeita a uma reorganização que implicou alterações na estrutura e na carga horária, visto que a redução nas unidades de crédito foi acentuada. O autor deste relatório assegurou interinamente esta regência, precisamente no ano lectivo 2008-09, devido ao período de férias sabáticas usufruído pelo Prof. Doutor César Peixoto, procedendo às alterações fundamentais para a leccionação dos conteúdos previstos no programa. Os conteúdos teóricos mantiveram-se com uma leccionação semanal enquanto os conteúdos teórico práticos, que anteriormente tinham atribuídos uma aula para análise das tarefas desportivas, complementadas com uma orientação tutorial, e uma outra para abordar as actividades desportivas, com uma prática efectiva no ginásio ou no pavilhão, ficaram reduzidos a apenas uma aula. Assim os conteúdos teórico práticos que surgiam duas vezes por semana para cada turma, foram intercalados, de forma a abordar todos os conteúdos, sendo reforçada a orientação tutorial para que os alunos atinjam os objectivos propostos. A Sistemática das Actividades Físicas e Desportivas tem como objectivo a compreensão e explicação dos fenómenos desportivos, tendo como objecto a análise das actividades desportivas, através das taxinomias e da nomenclatura, e a análise das tarefas desportivas, com a construção de matrizes, compreensão das situações e domínio dos instrumentos. Partilhando a leccionação, com o professor Doutor César Peixoto, ficamos com aproximadamente metade das aulas teóricas e das aulas teórico práticas e fazemos a orientação tutorial a 3 das 6 turmas da licenciatura. Os conteúdos específicos leccionados na unidade curricular estão disponíveis no anexo 7.

#### 4.2.2 2º Ciclo (Mestrado)

##### 4.2.2.1 Leccionação Metodologia do Treino Específica – Surf 2010-11

Esta unidade curricular está integrada no Mestrado em Treino Desportivo, no 2º semestre do 1º ano, com 26 horas teóricas e com 13 horas de orientação tutorial, num total de 6 ECTS.

A leccionação segue, como referência, os objectivos, o modelo de formação e o modelo de avaliação, apresentados no programa geral da disciplina. No nosso caso trata-se do estudo das características de desempenho competitivo e dos principais factores de treino do surf, surgindo em sequência pedagógica com os conteúdos leccionados no 1º ciclo (ETD I e II). Tendo como objectivo promover a formação necessária para enquadrar os modelos de

desempenho competitivo de preparação no surf, são abordados os conteúdos teóricos: organização dos factores de treino (etapas de formação, plano de desenvolvimento da carreira do surfista e níveis técnicos), desenvolvimento das capacidades motoras, prática em condições extremas, estratégia de competição, periodização, planeamento e utilização de meios audiovisuais como auxiliares do treino. Pretende-se que os alunos dominem os métodos de avaliação e procedimentos de planeamento centrados na técnica, através dos níveis de aprendizagem, ligações de manobras e rendimento na onda.

#### 4.2.2.2 Regência da disciplina de Estágio e leccionação da disciplina Estágio – Surf

Esta unidade curricular está integrada no Mestrado em Treino Desportivo, no segundo ano, estando presente nos dois semestres. No 1º semestre tem 336 horas com 13 horas de orientação tutorial (1 hora por semana), e no 2º semestre tem 840 horas com 26 horas de orientação tutorial (2 hora por semana).

O estágio é numa instituição de acolhimento, com a totalidade das actividades do grupo de treino a serem acompanhadas pelo orientador treinador. O objecto do Estágio é a aplicação prática e o aperfeiçoamento dos fundamentos teóricos e dos princípios metodológico-didácticos do treino desportivo de uma dada modalidade desportiva (opções à escolha: Andebol, Basquetebol, Futebol, Ginástica, Natação, Surf, Ténis), enquanto processo dirigido por princípios pedagógico-científicos da educação e da formação desportiva.

Será fundamental lembrar que o Estágio surge pela primeira vez no ano lectivo 2010/11, com base no Guia de Estágio, onde está definida a estrutura do estágio (documento de Junho 2010), sendo desenvolvido pelo autor deste relatório, com base no guia das Actividades de Estágio, do 4º ano da licenciatura em Ciências do Desporto, que desaparece com a reforma imposta pela adequação dos cursos ao processo de Bolonha, transitando na sua essência para o 2º ciclo. Esta unidade curricular obriga à redacção de um relatório e à sua defesa pública, para que este assuma um carácter definitivo, tal como consta nas Normas e orientações para a redacção e apresentação de dissertações, projectos e relatórios de estágio, em anexo ao Regulamento dos Mestrados da FMH, aprovado pelo Conselho Científico a 2 de Junho de 2011. Este documento deve cumprir com os objectivos gerais do estágio que são formulados em estreita articulação com as competências de desempenho profissional, estruturadas em quatro grandes áreas de intervenção profissional, nas quais o estagiário deve intervir em situação real:

- a) Organização e gestão do processo de treino:
  - Observação e análise do planeamento;
  - Acompanhamento e análise da condução do treino;
  - Observação e análise da avaliação;
- b) Investigação e inovação pedagógica (estudos e projectos de pesquisa integrados no desenvolvimento do treino);
- c) Participação no contexto competitivo (acompanhamento e análise da participação na competição e nos estágios de preparação competitiva);
- d) Relação com a comunidade (concepção, dinamização e condução de iniciativas de carácter informativo e educacional na comunidade).

O signatário deste relatório além da regência desta unidade curricular lecciona também em regime tutorial, o estágio em surf. Cada aluno é colocado numa instituição de acolhimento que

no caso do surf têm sido na Surftechnique, pelas características únicas que apresenta, em virtude de ter nos seus quadros treinadores com formação na FMH e porque os surfistas são de elevado nível, representando na sua maioria a selecção nacional júnior. A leccionação segue, como referência, os objectivos, o modelo de formação e o modelo de avaliação, apresentados no programa geral da disciplina. No nosso caso trata-se das competências de desempenho profissional orientadas para o surf, surgindo em sequência pedagógica com os conteúdos leccionados na Metodologia do Treino Específica, tendo como objectivos gerais para o Treinador estagiário:

- Reflectir sobre as suas práticas, apoiando-se na experiência vivida com os surfistas, na investigação e em outros recursos do seu desenvolvimento profissional;
- Agir deontologicamente no âmbito da sua acção profissional e avaliar os efeitos das decisões tomadas, apresentando propostas de forma a evoluir na sua prática.

#### 4.2.2.3 Leccionação Treino da Técnica e da Tática Desportivas

Esta unidade curricular está integrada no Mestrado em Treino Desportivo, no 1º ano, no 1º semestre com 26 horas teóricas e 19,5 horas teórico praticas (6 ECTS).

O Treino da Técnica e da Tática Desportivas (TTD) tem por objectivo realçar os requisitos teórico – metodológicos do treino da técnica e a sua influência no desempenho competitivo, bem como do treino da tática nos jogos desportivos e/ou nas modalidades desportivas em que este factor se assuma como predominante. Existe um tronco comum, com o desenvolvimento de aspectos gerais do treino da técnica e da tática, aplicados ao desporto independentemente da modalidade, e um tronco específico para os desportos colectivos e outro para os desportos individuais. A leccionação segue, como referência, os objectivos específicos para os desportos individuais: Técnica desportiva e modelos de optimização tendo em vista o resultado competitivo, Meios e métodos de treino da técnica desportiva, Processos de avaliação qualitativa, Processos de avaliação quantitativa e Periodização do treino da técnica desportiva. Os conteúdos específicos leccionados na unidade curricular estão disponíveis no anexo 8.

#### 4.2.2.4 Leccionação Ensino e Treino do Desporto Escolar

Esta unidade curricular está integrada no Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, no 1º ano, no 1º semestre com 78 horas teórico praticas (8 ECTS).

O Ensino e Treino do Desporto Escolar (ETDE) têm como objectivo identificar e apreciar criticamente a estrutura e dinâmica organizacional do sistema Desporto Escolar, nas suas diferentes valências. Identificar os principais princípios que devem presidir ao planeamento, condução e avaliação das actividades de Desporto Escolar e planear um processo de ensino e treino de Desporto Escolar. A leccionação segue, como referência, os objectivos, o modelo de formação e o modelo de avaliação, apresentados no programa geral da disciplina. O módulo de Desportos de Deslize (3 aulas de 3 horas) tem como objectivo caracterizar a prática destes desportos e a estrutura das sessões, com o intuito de desenvolver um planeamento. Pretende-se que os alunos tenham uma vivência prática para uma melhor compreensão dos

conteúdos didácticos. Os conteúdos específicos leccionados na unidade curricular estão disponíveis no anexo 9.

### 4.2.3 Pós-graduações

#### 4.2.3.1 Utrecht Summer School – Back to the sea: Surfing Training Methodology

Este curso, realizado em 2011 numa parceria entre a HU University of Applied Sciences Utrecht e a Faculdade de Motricidade Humana da Universidade Técnica de Lisboa, centraliza-se em metodologias de treino para surfistas. É coordenado por Pieterbas Lalleman e pelo autor deste relatório, com 5 ECTS em 60 horas de contacto distribuídas por duas semanas. A primeira decorre em Utrecht, onde vários temas serão abordados: workshops com especialistas nas áreas da fisioterapia e ciência do movimento relacionados com o surf; visita ao Real Instituto Meteorológico Holandês para adquirir noções de Oceanografia, Meteorologia, previsão do clima e de tempestades, ondas e marés; workshop leccionado por uma enfermeira do Departamento de Enfermagem da Universidade, focalizado em acidentes relacionados com o surf, como afogamento, hipotermia, fracturas e cortes. Na segunda semana as aulas decorrem na Faculdade de Motricidade Humana, onde durante a manhã decorrem as sessões de surf, nas praias locais, e à tarde são abordados temas relacionados com a metodologia do treino do surf, em sessões teóricas e depois no ginásio. A leccionação é em inglês, tendo como referência os objectivos específicos do surf, com o objectivo de promover a formação necessária para a compreensão do surf enquanto prática desportiva. São abordados os conteúdos teóricos: Surfing on FMH; Surf classification and characterization; Waves and surfboards characterization; Season planning; e os conteúdos práticos: Balance and take-off practice; skate practice; turns and airs practice. A estrutura do curso está disponível no anexo 10.

#### 4.2.3.2 Pós-graduação em Surf

O curso de Pós-graduação em Surf realizado na FMH-UTL tem como objectivos gerais, dotar os alunos: competências na área do Surf; dominar os fundamentos técnicos da modalidade; dominar os fundamentos do treino e da competição do Surf; adquirir conhecimento científico aplicado ao Surf. Este curso é constituído por 13 módulos disciplinares, na área das Ciências do Desporto, com uma componente teórica e uma teórico-prática, com um total de 205 horas, distribuídas por dois semestres lectivos (anexo 11). A primeira edição foi em 2009, a segunda em 2010 e a próxima com inicio marcado para Setembro de 2012.

O signatário deste relatório coordena a unidade curricular Módulo 1 Sistemática do Surf, com 24 horas teóricas (10 ECTS) leccionadas por diferentes docentes, em função dos vários temas: Classificação das tarefas, Agitação marítima, Física do surf, Quadro competitivo e regulamentação, Desportos de deslize. A leccionação, por nós assegurada, do tema Classificação das tarefas, com 6 horas teóricas, tem como conteúdos: Análise das Actividades Desportivas e das tarefas desportivas; Taxinomia e terminologia; Classificação dos desportos de Natureza; Caracterização do surf; Técnicas do Surf.

Também por nós coordenada, a unidade curricular Módulo 4 Didáctica do surf, tem 16 horas teóricas e 40 horas teórico práticos (14 ECTS) leccionadas por diferentes docentes, em função dos vários temas: Organização dos conteúdos, Desportos acrobáticos, Skateboarding, Treino

de formação, Treino funcional e Treino de selecção. A leccionação, por nós assegurada, do tema a Organização dos conteúdos, com 8 horas teórico práticas, tem como conteúdos: Etapas de formação; Plano de desenvolvimento da carreira do surfista; A estrutura da sessão de treino; O planeamento.

#### **4.2.4 Leccionação noutras instituições de ensino superior ao abrigo de protocolos de colaboração**

##### **4.2.4.1 Universidad de Las Palmas de Gran Canaria, Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte**

Ao abrigo do acordo bilateral entre a FMH e Universidad de Las Palmas de Gran Canaria, Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte fomos convidados a leccionar um módulo sobre didáctica do surf para licenciatura Ciencias de la Actividad Fisica y del Deporte. Beneficiamos do Lifelong Learning Agreement Programme Erasmus – Teaching Mobility, para Setembro de 2012, com o objectivo “Changing information about research and training methods in Surfing”. A leccionação será em espanhol, tendo como referência os objectivos específicos do surf, com o objectivo de promover a formação necessária para a compreensão do surf enquanto prática desportiva. São abordados os conteúdos teóricos: Surfing en la FMH; Clasificación y caracterización del Surf; Didáctica del Surf; e os conteúdos práticos: Práctica del equilibrio y del take-off; Surfear y rendimiento en las olas; Métodos de entrenamiento, las sesiones e el calentamiento.

##### **4.2.4.2 Humbolt-Universitat zu Berlin, Institut fur Sportwissenschaft**

Ao abrigo do acordo bilateral entre a FMH e Humbolt-Universitat zu Berlin, Institut fur Sportwissenschaft, fomos convidados a leccionar um módulo sobre didáctica do surf para o 4º ano da licenciatura em educação física. Beneficiámos do Lifelong Learning Agreement Programme Erasmus – Teaching Mobility, em Outubro 2009 e em Outubro 2011 com o objectivo “Changing information about research and training methods in Surfing”. A leccionação é em inglês, tendo como referência os objectivos específicos do surf, com o objectivo de promover a formação necessária para a compreensão do surf enquanto prática desportiva. São abordados os conteúdos teóricos: Surfing on FMH; Surf classification and characterization; Surf Didactics; e os conteúdos práticos: Balance and take-off practice; Wave catching practice.

### **4.3 INOVAÇÃO PEDAGÓGICA**

#### **4.3.1 Propostas de novas unidades curriculares**

A formação especializada em surf surge pela primeira vez no ano lectivo 2004/05, na licenciatura em Ciências do Desporto da FMH, no Ramo Treino Desportivo, com a disciplina Metodologia do treino opção de surf, para o 3º e 4º anos, com estágio incluído nesta área, dando a formação para ser treinador de surf (novidade internacional). Com evolução, da importância do treinador no treino dos surfistas, e da necessidade de formação especializada,

a nível nacional e internacional, através do curso de Pós-Graduação em Surf, consegue a FMH estar na vanguarda, proporcionando uma formação única e de excelência.

O autor deste relatório desenvolveu os programas das unidades curriculares ETD I e ETD II Surf, da licenciatura em Ciências do Desporto, sem existir paralelo a nível mundial, onde são apresentadas soluções didácticas inovadoras, bem uma organização dos conteúdos revolucionária, que também serve de apoio ao programa da unidade curricular de ETDE, pertencente ao mestrado de Treino Desportivo. Programas estes desenvolvidos em conjunto com a proposta de criação do curso de Pós-graduação em surf (2009). Esta inovação é visível nos resultados da actividade lectiva a nível internacional, como também através dos convites para leccionar em instituições do ensino superior no estrangeiro, como também com a organização conjunta do Utrecht Summer School – Back to the sea: Surfing Training Methodology.

#### **4.3.2 Criação ou reforço de infra-estruturas laboratoriais de natureza experimental de apoio ao ensino**

##### **4.3.2.1 Renovação do Ginásio A**

O Ginásio A é um espaço lectivo e laboratorial construído em 1947, sofrendo alterações na sua estrutura (construção do fosso) no início dos anos 80, com um restauro no fim dos anos 90 e com a última aquisição de material em 2004. Não só devido ao desgaste, como também devido à evolução tecnológica e estrutural dos equipamentos, este espaço carecia de obras e aquisição de novos materiais. Coordenámos então um projecto de renovação do Ginásio A relativamente às instalações e aos equipamentos, acompanhando toda a intervenção como consta no resumo efectuado e apresentado no anexo 12. As instalações foram renovadas com um piso novo e restauro das paredes, aproveitando-se o momento para alterar a estrutura do fosso, aumentando o seu volume de forma a melhorar as condições de segurança e para permitir a inclusão do trampolim. Além de executarmos o projecto de alteração acompanhámos toda a obra, desde o levantamento do soalho velho e construção do novo fosso, restauro das paredes e colocação das novas fixações dos aparelhos, como a colocação do novo soalho e do trampolim no fosso, passando pela montagem dos novos aparelhos e do enchimento do fosso, como também na construção da nova arrecadação e da criação do novo espaço de aula na entrada. Foram também adquiridos novos aparelhos por nós seleccionados de forma a aumentar a qualidade de ensino e de segurança deste renovado espaço.

##### **4.3.2.2 Aquisição de equipamentos de apoio ao ensino**

Com a nova estrutura do Ginásio A e com os novos aparelhos adquiridos e lá colocados, potenciámos as condições de leccionação para as AG, mas também conseguimos condições únicas para o ensino e treino de outras modalidades, que utilizam o trampolim como forma de preparação. Com a formação especializada em surf e devido às investigações em curso, foi sendo necessário dotar a FMH de novos materiais, relacionados com os desportos de deslize. Assim fomos canalizando recursos de forma a adquirir 6 novos skates de qualidade elevada, 4 capacetes e 4 conjuntos de protecção dos joelhos e cotovelos. Conseguimos também uma doação de 4 rampas que permitem montar um mini half pipe (necessitam restauro).

#### 4.4 ACOMPANHAMENTO E ORIENTAÇÃO DE ESTUDANTES

##### 4.4.1 Mestrado (Dissertação ou Relatório)

Bellino, Axel (2012). Estágio Realizado com o Grupo Surftechnique. Mestrado em Treino Desportivo. FMH-UTL.

Alves, Bruno (2012). Diferenças no Percurso Juvenil de Tenistas em Espanha e Portugal. Mestrado em Treino Desportivo. FMH-UTL.

Teixeira, Nuno (2012). Modelação do Esforço em Futsal Análise da Estrutura Temporal e das Acções na Competição. Mestrado em Treino de Alto Rendimento. FMH-UTL.

##### 4.4.2 Licenciatura (Estágio e Seminário)

Clemens Haaser (2012). Profile of training habits of world class professional surfers, Seminar Sportmanagement mit Bachelorarbeit, 6th year - 2nd semester, Bachelorstudium Sportmanagement C033 626, Leopold-Franzens-Universität Innsbruck, Fakultät für Psychologie und Sportwissenschaft. FMH-UTL.

Vitor Garcia (2012). Estágio em Treino Desportivo na Surftechnique, 3º ano Lic. Ciências do Desporto Maior Ed. Física menor Treino Desportivo, 2º semestre 2011-12. FMH-UTL.

Tobias Kogler (2012). Estágio em Treino Desportivo na Future Surf School, 3º ano Lic. Ciências do Desporto Maior Ed. Física menor Treino Desportivo, 2º semestre 2011-12. FMH-UTL.

Benjamin Stockinger (2012). Estágio em Treino Desportivo na Guincho Surf School, 3º ano Lic. Ciências do Desporto Maior Ed. Física menor Treino Desportivo, 2º semestre 2011-12. FMH-UTL.

Clemens Haaser (2012). Estágio em Treino Desportivo na Guincho Surf School, 3º ano Lic. Ciências do Desporto Maior Ed. Física menor Treino Desportivo, 2º semestre 2011-12. FMH-UTL.

Paulo Dias (2011). Estágio em Treino Desportivo na Nova Onda, 3º ano Lic. Ciências do Desporto Maior Ed. Física menor Treino Desportivo, 2º semestre 2010-11. FMH-UTL.

Henrique Santos (2011). Estágio em Treino Desportivo na Puro Surf Boardsports School, 3º ano Lic. Ciências do Desporto Maior Ed. Física menor Treino Desportivo, 2º semestre 2010-11. FMH-UTL.

Andrés Piña (2011). Estágio em Treino Desportivo na Puro Surf Boardsports Academy, 3º ano Lic. Ciências do Desporto Maior Ed. Física menor Treino Desportivo, 2º semestre 2010-11. FMH-UTL.

Cristian Taibo (2011). Estágio em Treino Desportivo na Surftechnique, 3º ano Lic. Ciências do Desporto Maior Ed. Física menor Treino Desportivo, 2º semestre 2010-11. FMH-UTL.

Hugo Sánchez (2011). Estágio em Treino Desportivo na Surftechnique, 3º ano Lic. Ciências do Desporto Maior Ed. Física menor Treino Desportivo, 2º semestre 2010-11. FMH-UTL.

Laure Mayer (2011). Estágio em Treino Desportivo na Surftechnique, 3º ano Lic. Ciências do Desporto Maior Ed. Física menor Treino Desportivo, 2º semestre 2010-11. FMH-UTL.

Miguel Lopez-Ibor (2011). Estágio em Treino Desportivo na Guincho Surf School, 3º ano Lic. Ciências do Desporto Maior Ed. Física menor Treino Desportivo, 2º semestre 2010-11. FMH-UTL.

Carlos Gómez (2011). Estágio em Treino Desportivo na Guincho Surf School, 3º ano Lic. Ciências do Desporto Maior Ed. Física menor Treino Desportivo, 2º semestre 2010-11. FMH-UTL.

Lise Cabillac (2011). Estágio em Treino Desportivo na Guincho Surf School, 3º ano Lic. Ciências do Desporto Maior Ed. Física menor Treino Desportivo, 2º semestre 2010-11. FMH-UTL.

Marta Pourtau (2011). Estágio em Treino Desportivo na Carcavelos Surf School, 3º ano Lic. Ciências do Desporto Maior Ed. Física menor Treino Desportivo, 2º semestre 2010-11. FMH-UTL.

Anna Rakel (2011). Estágio em Treino Desportivo na Carcavelos Surf School, 3º ano Lic. Ciências do Desporto Maior Ed. Física menor Treino Desportivo, 2º semestre 2010-11. FMH-UTL.

Jesus Naverán (2010). Estágio em Treino Desportivo na Surftechnique, 3º ano Lic. Ciências do Desporto Maior Ed. Física menor Treino Desportivo, 2º semestre 2009-10. FMH-UTL.

André Madeira (2009). Classificação e Análise das Tarefas Desportivas, Relação entre as Diferentes Técnicas dos aéreos e as Aprendizagens, Dentro e Fora de Água, Seminário 5º ano Lic. C. Desporto, 2º semestre 2008-09 . FMH-UTL.

André Nogueira (2009). Taxinomia das Actividades Desportivas, Sistema de Classificação em Ginástica Artística Masculina, Seminário 5º ano Lic. C. Desporto, 2º semestre 2008-09. FMH-UTL.

José Soveral (2009). Análise funcional das viragens na base e no topo no surf. Seminário 5º ano Lic. C. Desporto, 2º semestre 2008-09 . FMH-UTL.

Pedro Lencastre (2009). Análise estrutural do Apoio Facial Invertido na ginástica artística masculina. Seminário 5º ano Lic. C. Desporto, 2º semestre 2008-09. FMH-UTL.

Verónica Santos (2009). Taxinomia das Actividades Desportivas, Desportos Individuais: Modelo Taxinómico, Seminário 5º ano Lic. C. Desporto, 2º semestre 2008-09. FMH-UTL.

Axel Bellino (2009). Estágio em Treino Desportivo na Surftechnique, 3º ano Lic. Ciências do Desporto Maior Ed. Física menor Treino Desportivo, 2º semestre 2008-09. FMH-UTL.

Diogo Oliveira (2009). Estágio em Treino Desportivo no Surfing Clube de Portugal, 3º ano Lic. Ciências do Desporto Maior Ed. Física menor Treino Desportivo, 2º semestre 2008-09. FMH-UTL.

João Nunes (2009). Estágio em Treino Desportivo no Clube Internacional de Surf, 3º ano Lic. Ciências do Desporto Maior Ed. Física menor Treino Desportivo, 2º semestre 2008-09. FMH-UTL.

Frederico Costa (2008). Estágio em Treino Desportivo na Surftechnique, 4º ano da Licenciatura em Ciências do Desporto, ramo de Treino Desportivo, 2º semestre 2007-08. FMH-UTL.

José Soveral (2008). Estágio em Treino Desportivo no Clube Internacional de Surf, 4º ano da Licenciatura em Ciências do Desporto, ramo de Treino Desportivo, 2º semestre 2007-08. FMH-UTL.

Nuno Sequeira (2008). Estágio em Treino Desportivo no Clube Internacional de Surf, 4º ano da Licenciatura em Ciências do Desporto, ramo de Treino Desportivo, 2º sem 2007-08. FMH-UTL.

Paula Oliveira (2008). Estágio em Treino Desportivo na Surftechnique, 4º ano da Licenciatura em Ciências do Desporto, ramo de Treino Desportivo, 2º semestre 2007-08. FMH-UTL.

#### 4.5 IMPACTO DA ACTIVIDADE LECTIVA

Sendo a formação especializada em surf exclusiva da FMH, relativamente aos métodos de treino desenvolvido, e à sua aplicação prática com resultados comprovados, já se registam aspectos associados ao impacto da actividade lectiva efectuada pelo autor do relatório na FMH-UTL e no Estrangeiro.

O impacto no treino desportivo e nos resultados competitivos divulgados na comunicação social:

Visão (18/08/2011). Os “Mourinhos” do surf, reportagem sobre os treinadores da Surf Technique e o seu método de treino inovador iniciado na FMH. (pp. 80-83).

Surf Portugal (08/2011). Do surf como ciência exata, editorial sobre a metodologia de treino desenvolvida por Miguel Moreira. (nº 223, pp.25)

Surf Portugal (08/2011). O céu é o limite, entrevista a David Raimundo e Nuno Telmo a propósito da qualidade dos métodos de treino e dos resultados desportivos. (nº 223, pp.56-69)

Correio de Cascais (25/01/2009). Gala do Desporto de Cascais'08- Eleitos os Melhores do Ano: David Raimundo e Nuno Telmo consagrados treinadores do ano 2008 do Concelho de Cascais, relativamente à época 2007-2008. (<http://correiodecascais.blogspot.pt/2009/01/gala-do-desporto-de-cascais08-eleitros.html>)

O impacto das aulas na FMH na comunicação e em novos projectos nacionais e internacionais:

Swell Surfcult Magazine (2011). Tom Soupart in de Leer Bij de Surf Professor. (nº 22, pp.36-42).

O Impacto no surgimento de novos projectos:

Nuno Sequeira, primeiro aluno inscrito na especialização (2004), desenvolve projecto do qual é responsável técnico (Puro Surf Boardsports Academy), e Axel Bellino, primeiro aluno mestre em Treino Desportivo com especialização em Surf (2012), é responsável do departamento desportivo do Ericeira Surf clube;

Tom Soupart, aluno Erasmus desenvolve parceria com a Belgium National Federation of Sailing e com a BLOSO, para coordenar o "First course of surf in Belgium (2010)";

Jesus Naverán, aluno Erasmus desenvolve projecto próprio (2010), para o apoio a surfistas de competição, à imagem do grupo Surftechnique, onde estagiou (La Vieja Escuela, Galiza, Espanha);

Hugo Sánchez, aluno Erasmus desenvolve projecto próprio em parceria com Raz Surfcamp e com consultoria da FMH (Maio 2012, Raz Surfcamp Mediterráneo, Valencia);

Eurico Gonçalves, aluno do 1º curso de pós-graduação em surf realiza Seminário Impacto do Surf na Sociedade, Centros de Mar que futuro? (2010) Trabalho final do 1º curso da Pós-graduação em Surf, FMH-UTL. Figueira da Foz.

Pedro Elias e Pedro Soares, alunos do 2º curso de pós-graduação em surf realizam Workshop da Carcavelos Surf School, Aula de Surf Indoor, no Club L-Health Club, Oeiras (Maio 2011).

O impacto no número de alunos Erasmus que escolhem a especialização em surf:

Ano lectivo 2011/12 – 25 alunos

Ano lectivo 2010/11 – 28 alunos

Ano lectivo 2009/10 – 7 alunos

Ano lectivo 2008/09 – 1 aluno

## **5 VERTENTE TRANSFERÊNCIA DE CONHECIMENTO**

### **5.1 LIVRO NACIONAL DE DIVULGAÇÃO TÉCNICO-CIENTÍFICA**

Moreira, M (2009). Surf: Da ciência à prática. Cruz Quebrada: Edições FMH.

### **5.2 MEMBRO DE COMISSÃO CIENTÍFICA DE CONGRESSO**

Scientific Committee of Sciences for Gymnastics and Acrobatic Activities International Congress, Cruz Quebrada, 23-25 October 2009.

### **5.3 INCUBAÇÃO E FORMAÇÃO DE EMPRESA**

"Surfthechnique, formação de atletas de alta competição e gestão da carreira dos atletas", empresa com início em 2008 a partir do Projecto Surftec, que se iniciou em 2000 na Faculdade de Motricidade Humana. Esta domina o panorama nacional na formação de surfistas de competição (desde 2008 que garantem a maioria dos títulos nacionais e em 2011 registaram sete campeões nacionais em nove títulos possíveis).

Esta incubação e formação de empresa, no seio da universidade, estão associadas ao projecto de investigação a partir do qual se conseguiu a caracterização do surf, que fundamentou o desenvolvimento científico e tecnológico desta modalidade. Entendemos que os conteúdos didáticos, as novas metodologias de treino e de avaliação, são um meio facilitador para utilização de novas tecnologias (i.e. GPS) que potenciam a relação com parceiros estratégicos. Neste processo foi utilizado o espaço físico da FMH, criámos um apoio administrativo e fizemos formação dos empreendedores, proporcionando o aparecimento de novos postos de trabalho. Através da consultoria, técnica e administrativa, e da formação de novos técnicos (licenciatura e mestrado), facilitámos a formação de uma equipa de trabalho mais alargada.

### **5.4 ACÇÃO DE DIVULGAÇÃO CIENTÍFICA, TECNOLÓGICA OU ARTÍSTICA**

Participação no Verão na Técnica UTL-FMH:

O Verão na Técnica é uma iniciativa da UTL que proporciona aos jovens a oportunidade de conhecerem e experimentarem o ritmo e o espírito da vida académica. Em cada Escola, um conjunto de professores preparou um plano completo de actividades (palestras, experiências, visitas) para mostrar os conhecimentos básicos, os métodos de trabalho e as tarefas práticas, relativos aos cursos leccionados na UTL;

Na 1ª edição (2011) na actividade desportiva Desportos de Deslize e na palestra "À conversa com ...";

Na 2ª edição (2012) nas actividades desportivas Desportos de Deslize, Desportos Individuais e na palestra "À conversa com ...".

### **5.5 PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS E CONSULTORIA TÉCNICA**

Protocolo com Federação Portuguesa de Surf (Apoio à formação e ao alto rendimento) Coordenação Miguel Moreira.

Protocolo com Federação Portuguesa de Futebol / Liga Profissional de Futebol – Comissão de Arbitragem (apoio à Arbitragem: formação e análise do desempenho) Coordenação Miguel Moreira.

### **5.6 FORMADOR NO ÂMBITO DE PROTOCOLO COM A UNIVERSIDADE**

Teoria e Metodologia do Treino, Curso de Treinadores de 3º Grau da Federação Portuguesa de Surf, ao abrigo do protocolo FMH-Federação Portuguesa de Surf, Fevereiro 2012.

Teoria e Metodologia do Treino, Curso de Treinadores de 2º Grau da Federação Portuguesa de Surf, ao abrigo do protocolo FMH- Federação Portuguesa de Surf, Fevereiro 2012.

Didáctica dos Saltos para a Água, Curso de Treinadores de 1º Grau da Federação Portuguesa de Natação, ao abrigo do protocolo FMH-Federação Portuguesa de Natação, Novembro 2010.

Didáctica dos Saltos para a Água, Curso de Treinadores de 1º Grau da Federação Portuguesa de Natação, ao abrigo do protocolo FMH-Federação Portuguesa de Natação, Março 2010.

Metodologia do Treino, Curso de Treinadores de 3º Grau da Federação Portuguesa de Trampolins e Desportos Acrobáticos, ao abrigo do protocolo FMH-Federação Portuguesa de Trampolins e Desportos Acrobáticos, Novembro 2009.

Didáctica dos Saltos para a Água, Curso de Treinadores de 1º Grau da Federação Portuguesa de Natação, ao abrigo do protocolo FMH-Federação Portuguesa de Natação, Outubro 2009.

Metodologia do Treino, Curso de Treinadores de 2º Grau da Federação Portuguesa de Surf, ao abrigo do protocolo FMH- Federação Portuguesa de Surf, Abril 2008.

## **5.7 DIVULGAÇÃO E PROMOÇÃO CIENTÍFICA JUNTO DA COMUNICAÇÃO SOCIAL**

### **5.7.1 Televisão**

Comentador das provas de Saltos para a Água, apresentadas no Eurosport:

- Jogos Olímpicos de Londres, Reino Unido, a realizar em Agosto de 2012;
- Campeonatos da Europa de Eindhoven, Holanda, 15 a 20 de Maio de 2012;
- Campeonatos do Mundo de Shanghai, China, 16 a 24 de Julho de 2011;
- Campeonatos da Europa de Budapest, Hungria, 4 a 15 de Agosto de 2010;
- Campeonatos do Mundo de Roma, Itália, de 17 Julho a 2 Agosto de 2009;
- Campeonatos da Europa de Turin, Itália, 8 a 13 de Março de 2009;
- Jogos Olímpicos de Beijing, China, 10 a 23 de Agosto 2008;
- Campeonatos da Europa de Eindhoven, Holanda, 13 a 24 de Março de 2008;

TVI (13/04/2009). Entrevista sobre estilos de vida onde o surf está presente. Programa Você na TV.

RTP1 (23/09/2008). Entrevista sobre a carreira de investigador na área do surf. Programa Portugal no coração.

SIC (08/2008). Doutor em Surf, peça sobre o método de treino para o surf, desenvolvido na FMH. Primeiro Jornal.

RTPN (2008.) Dicas técnicas sobre: as filmagens; a comunicação com os surfistas na água; o planeamento da carreira; o planeamento da época; a participação na competição; Surf feminino vs surf masculino. Programa Surftotal

### **5.7.2 Radio**

TSF (20/01/09). Entrevista sobre Um doutoramento em Surf. Programa Mais cedo ou mais tarde.

### 5.7.3 Imprensa escrita

Surf Portugal (12/2011). Esclarecimento sobre a forma de calcular a altura da onda da Nazaré, surfada por Garrett McNamara. (nº 227, pp.11).

Jornal Público (03/07/2011). Surfar para sair da crise, esclarecimento sobre o momento do surf português quanto ao treino, aos treinadores e aos centros de alto rendimento. Revista Pública (pp. 30-31).

Jornal i (23/06/2009). Vou ali apanhar uma onda para ver se tenho boa nota, esclarecimento sobre os objectivos, o público-alvo e os conteúdos da Pós-graduação em surf (pp. 38).

TV Mais (10/04/2009). Entrevista com o primeiro doutorado do mundo em Surf. (nº 847, pp. 50-53).

Jornal de Notícias (04/08/2008). À conversa com Miguel Moreira o primeiro doutor do surf. (contra capa).

Correio da manhã (03/08/2008). O primeiro doutor do surf é português, entrevista. (pp.22; <http://www.cmjornal.xl.pt/detalhe/noticias/nacional/portugal/o-primeiro-doutor-em-surf-e-portugues>).

Jornal Expresso (02/08/2008). Miguel Moreira o doutor do surf, entrevista sobre investigação desenvolvida no doutoramento. (<http://expresso.sapo.pt/o-doutor-do-surf=f384772>).

Free Surf Magazine (01/2008). Esclarecimento sobre os Centros de Alto Rendimento de Surf. (nº1, pp.35).

Jornal A Bola (16/11/2007). Surf como ciência, entrevista sobre a tese de doutoramento. (pp.44).

## 5.8 ORGANIZAÇÃO DE CONGRESSO INTERNACIONAL

Organizing Committee of Sciences for Gymnastics and Acrobatic Activities International Congress, Cruz Quebrada, 23-25 October 2009.

Organizing Committee of the 13th Annual Congress of the European College of Sport Science, Estoril, 09-12 July 2009

## 5.9 PARECER TÉCNICO SOLICITADO

### 5.9.1 Câmara Municipal da Nazaré (2012)

Fomos contactados pela Câmara Municipal da Nazaré, que solicitou um parecer técnico, sobre o cálculo da altura da onda surfada por Garrett McNamara, na praia do norte, na Nazaré, com o intuito de reforçar a candidatura, desta onda, no concurso para o qual era favorita e acabou por ganhar (Billabong XXL Awards).

### 5.9.2 Câmara Municipal de Peniche (2012)

Fomos contactados pela Câmara Municipal de Peniche, que solicitou um parecer técnico, sobre o documento Baganha, Teixeira, Bessa, Bibe & Marcolino (2012). Centros de Alto Rendimento Desportivo Proposta de Modelo de Gestão e Financiamento. IDJP. O parecer serviu de apoio às necessárias decisões a tomar por parte da presidência, relativamente ao CAR Surf de Peniche, que está pronto a entrar em funcionamento, mas necessita de um modelo de gestão próprio.

### 5.10 ACÇÕES OU PROGRAMAS E INTERVENÇÃO COMUNITÁRIA COM IMPACTO SOCIAL

**Moreira, M.** (2011). O surf como actividade desportiva. Documento de caracterização do surf na sua vertente desportiva, para auxiliar o S.O.S. – Salvem O Surf a desenvolver um plano estratégico de integração do surf na sociedade e para promover nova legislação de protecção do surf.

O S.O.S. – Salvem O Surf, começou por ser um movimento cívico, suportado por uma equipa técnica, para proteger o Surf em obras costeiras onde o Surf não estava a ser considerado. Presentemente, os novos desafios do Surf transformaram este movimento cívico numa Organização Não Governamental de cariz Ambiental (O.N.G.A.).

### 5.11 PARTICIPAÇÃO POR CONVITE EM CONFERÊNCIA NACIONAL

**Moreira, M.** (2011). A componente desportiva do surf. Surf para sair da crise. XII festival Sabores do mar, Câmara Municipal de Peniche, Peniche.

**Moreira, M.** (2010). Surf na vertente desportiva. Universidade, Competição e Lazer. Tertúlia na Onda do Surf, Região de Leiria e Jornal i, Peniche.

**Moreira, M.** (2010). Surf: da Ciência à prática. Seminário Impacto do Surf na Sociedade: Centros de Mar que Futuro/ Surf e Sociedade. Figueira da Foz.

**Moreira, M.** (2009). Professor Universitário: da ciência à prática. Palestra Surf a minha profissão. Escola Secundária da Lourinhã.

### 5.12 APRESENTAÇÃO ORAL CONFERÊNCIA NACIONAL

Santos, V. & **Moreira, M.** (2009). Desportos Individuais: Modelo Taxinómico. 8º Congresso Nacional de Educação Física, Lisboa.

**Moreira, M.** (2007). A Construção e Análise dos Exercícios Gímnicos. 2º Congresso Nacional da Formação, Federação de Ginástica de Portugal, Rio Maior.

### 5.13 PARTICIPAÇÃO POR CONVITE EM CONFERÊNCIA INTERNACIONAL

**Moreira, M.** (2010). Análise das Tarefas e das Técnicas no Rugby. 1º Seminário Internacional de Rugby, Faculdade de Motricidade Humana, Cruz Quebrada.

Chair at thematic session of Sciences for Gymnastics and Acrobatic Activities International Congress, Cruz Quebrada, 25 October 2009.

Chair at Poster Session PP-TT02 Training and Testing of the 13th Annual Congress of the European College of Sport Science, Estoril, 10 July 2009.

#### **5.14 APRESENTAÇÃO ORAL CONFERÊNCIA INTERNACIONAL**

**Moreira, M.** (2009). Qualitative Analysis of Trampoline Final Routines in the Olympics. Sciences for Gymnastics and Acrobatic Activities International Congress, Cruz Quebrada, Portugal.

Lencastre, P & **Moreira, M.** (2009). Análise Estrutural do Apoio Facial Invertido na Ginástica Artística Masculina. Sciences for Gymnastics and Acrobatic Activities International Congress, Cruz Quebrada, Portugal

**Moreira, M.** (2009). Ecological Surfing Classification. 6th International Multi-Purpose Reef Conference, Jeffrey's Bay, South Africa.

**Moreira, M.** & Peixoto, C. (2008, Novembro). Matrix of Analysis for Sport Tasks. Taxonomic Surf Model. 2nd International Congress of Complex Systems in Sport & 10th European Workshop of Ecological Psychology, Madeira, Portugal

**Moreira, M.** & Peixoto, C. (2008, Julho). Matrix of Analysis for Sport Task: Taxonomic Surf Model. 13th Annual Congress of the European College of Sport Science, Estoril, Portugal

#### **5.15 MEMBRO DE ASSOCIAÇÃO DE CLASSE – ASSOCIAÇÃO NACIONAL DE TREINADORES DE SURF**

Na sequência do processo de criação da Associação Nacional de Treinadores de Surf, iniciado em Maio de 2012, assumimos a função de presidente da comissão instaladora, que tem como missão legalizar a referida associação, de forma a desencadear os procedimentos legais para a sua constituição e despoletar o desenvolvimento de diferentes actividades, de apoio aos treinadores das modalidades praticadas nas ondas.

## **6 VERTENTE GESTÃO UNIVERSITÁRIA**

### **6.1 CARGOS EM ÓRGÃOS DA ESCOLA**

Membro eleito da comissão executiva do departamento de Desporto e Saúde (2011, 2012).

### **6.2 CARGOS EM UNIDADES E COORDENAÇÃO DE CURSOS**

#### **6.2.1 Coordenador de Curso de Pós-Graduação**

Coordenador do curso de Pós-graduação em Surf, FMH-UTL.  
1º Curso em 2009, 2º Curso em 2010 e 3º Curso em 2012

Chair at thematic session of Sciences for Gymnastics and Acrobatic Activities International Congress, Cruz Quebrada, 25 October 2009.

Chair at Poster Session PP-TT02 Training and Testing of the 13th Annual Congress of the European College of Sport Science, Estoril, 10 July 2009.

#### **5.14 APRESENTAÇÃO ORAL CONFERÊNCIA INTERNACIONAL**

**Moreira, M.** (2009). Qualitative Analysis of Trampoline Final Routines in the Olympics. Sciences for Gymnastics and Acrobatic Activities International Congress, Cruz Quebrada, Portugal.

Lencastre, P & **Moreira, M.** (2009). Análise Estrutural do Apoio Facial Invertido na Ginástica Artística Masculina. Sciences for Gymnastics and Acrobatic Activities International Congress, Cruz Quebrada, Portugal

**Moreira, M.** (2009). Ecological Surfing Classification. 6th International Multi-Purpose Reef Conference, Jeffrey's Bay, South Africa.

**Moreira, M.** & Peixoto, C. (2008, Novembro). Matrix of Analysis for Sport Tasks. Taxonomic Surf Model. 2nd International Congress of Complex Systems in Sport & 10th European Workshop of Ecological Psychology, Madeira, Portugal

**Moreira, M.** & Peixoto, C. (2008, Julho). Matrix of Analysis for Sport Task: Taxonomic Surf Model. 13th Annual Congress of the European College of Sport Science, Estoril, Portugal

#### **5.15 MEMBRO DE ASSOCIAÇÃO DE CLASSE – ASSOCIAÇÃO NACIONAL DE TREINADORES DE SURF**

Na sequência do processo de criação da Associação Nacional de Treinadores de Surf, iniciado em Maio de 2012, assumimos a função de presidente da comissão instaladora, que tem como missão legalizar a referida associação, de forma a desencadear os procedimentos legais para a sua constituição e despoletar o desenvolvimento de diferentes actividades, de apoio aos treinadores das modalidades praticadas nas ondas.

### **6 VERTENTE GESTÃO UNIVERSITÁRIA**

#### **6.1 CARGOS EM ÓRGÃOS DA ESCOLA**

Membro eleito da comissão executiva do departamento de Desporto e Saúde (2011, 2012).

#### **6.2 CARGOS EM UNIDADES E COORDENAÇÃO DE CURSOS**

##### **6.2.1 Coordenador de Curso de Pós-Graduação**

Coordenador do curso de Pós-graduação em Surf, FMH-UTL.

1º Curso em 2009, 2º Curso em 2010 e 3º Curso em 2012

Coordenador do curso Back to the Sea: Surfing Training Methodology. Summer school Utrecht, Lifestyle and Health HU University of Applied Sciences Utrecht, Netherlands/ FMH-UTL, Portugal. 1º Curso em 2011.

### **6.2.2 Coordenador de ano**

3º Ano Licenciatura em Ciências do Desporto, Maior em Educação Física Menor em Treino Desportivo, nos anos lectivos 2008-09, 2009-10, 2010-11, 2011-12.

## **6.3 CARGOS E TAREFAS TEMPORÁRIOS**

### **6.3.1 Membro de júri de prova de doutoramento**

Paixão, Jairo Antônio (2010). O Instrutor de Esporte de Aventura no Brasil e os Saberes Necessários a sua Atuação Profissional. Doutoramento em Ciências do Desporto. Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro.

### **6.3.2 Membro de júri de prova de mestrado**

Santos, Rúben (2011). Relatório Final de Estágio Realizado em Football by Carlos Queiroz. Mestrado em Treino Desportivo. FMH-UTL.

Carrilho, Daniel (2011). Relatório de Estágio na Academia Sporting/ Puma, com a Equipa de Juvenis B Sub-16 do Sporting Clube de Portugal, SA. Mestrado de Treino Desportivo. FMH-UTL.

Reis, Artur (2011). Relatório de Estágio Profissionalizante na Football by Carlos Queiroz. Mestrado em Treino Desportivo. FMH-UTL.

Reis, Marc (2011). Efeitos de um Programa de Exercícios de Reeducação Sensório-Motora no Controlo Postural de Ginastas de Competição com Instabilidade Crónica da Articulação Tibio-társica. Mestrado em Ciências da Fisioterapia. FMH-UTL.

Brogueira, João (2011). Sistematização do Conhecimento dos Sinais Relevantes na Avaliação do Mar na Zona de Rebentação de Ondas: Proficiência no Posicionamento na Zona de Surf e na Entrada na Onda. Mestrado em Gestão da Formação Desportiva. FMH-UTL.

Ferreira, Sandro (2011). Caracterização dos Momentos Críticos no Basquetebol. Mestrado em Treino de Alto Rendimento. FMH-UTL.

Rosa, Ana (2011). Desenvolvimento Juvenil e Rotinas de Vida: Culturas e Representações Sociais de Jovens Praticantes de Surf e Bodyboard nas Regiões do Algarve e Baixo Alentejo Litoral. Mestrado em Desenvolvimento da Criança Variante Desenvolvimento Motor. FMH-UTL.

Almeida, Mário (2010). A Cultura do Surf: Desporto, Estilos de Vida e Consumo. Mestrado em Gestão do Desporto. FMH-UTL.

Vinagre, António (2009). Ser um Ser: Um Jusante a Montante da Actividade Física. Mestrado em Gestão da Formação Desportiva. FMH-UTL.

Campos, Rita (2009). Tomada de Decisão de Surfistas de Elite. Mestrado de Psicologia do Desporto. FMH-UTL.

Lourenço, Diana (2008). A influência do código internacional de pontuação na evolução técnica em ginástica acrobática – análise do valor de dificuldade dos elementos técnicos com o grau de esforço atribuído pelos treinadores da modalidade. Mestrado de Treino de Alto Rendimento. FMH-UTL.

Cunha, Pedro (2008). A influência da escolaridade dos pais/encarregados de educação na prática desportiva dos seus filhos/educandos – as opiniões dos pais/encarregados de educação atendendo ao seu grau de escolaridade. Mestrado em Gestão da Formação Desportiva. FMH-UTL.

Pato, Gilberto (2008). Caracterização e Análise do Modelo de Jogo de Voleibol de Alto Rendimento. Mestrado em Treino do Jovem Atleta. FMH-UTL.

### **6.3.3 Membro de júri do concurso especial para maiores de 23 anos**

Nomeado pelo Conselho Científico da Faculdade de Motricidade Humana, como vogal para membro do Júri do Concurso Especial de Acesso e Ingresso para Maiores de 23 anos ao curso de Ciências do Desporto no ano de 2010.

### **6.3.4 Membro de júri dos pré-requisitos (Ginástica)**

Nomeado pelo Coordenador das Provas de Pré-requisitos da Faculdade de Motricidade Humana, como vogal para membro do Júri na Ginástica para ao curso de Ciências do Desporto nos anos de 2008 a 2012.

### **6.3.5 Pareceres como especialista**

Apreciação curricular de José Dionísio Machado para candidatura a Pós-graduação

## **6.4 OUTROS CARGOS DISTRIBUÍDOS PELOS ÓRGÃOS DE GESTÃO COMPETENTES**

### **6.4.1 Coordenação Verão na Técnica, na FMH na 1ª (2011) e 2ª edição (2012)**

O Verão na Técnica é uma iniciativa da UTL que proporciona aos jovens a oportunidade de conhecerem e experimentarem o ritmo e o espírito da vida académica. Na FMH vamos à descoberta do movimento humano, que aqui é abordado nas vertentes: Superação (Desporto), Qualidade de vida (Exercício e Saúde), Escolar (Educação Física), Artística (Dança), Terapêutica (Reabilitação Psicomotora), Laboral (Ergonomia) e Organizacional (Gestão do Desporto). Os estudantes do secundário (10º e 11º anos) são convidados a conhecer as saídas profissionais da FMH e a descobrir a inovação científica aqui desenvolvida, através de uma semana repleta de actividades. Os conteúdos específicos da actividade estão disponíveis no anexo 13.

#### **6.4.2 Coordenação Missão X Treinar como um astronauta**

A Missão X foi lançada, em Portugal, dia 2 de Fevereiro de 2012, no Pavilhão do Conhecimento Ciência Viva, em Lisboa, com a colaboração da Faculdade de Motricidade Humana, na organização do programa e na apresentação das actividades físicas, com a coordenação do signatário deste relatório. Alguns dos exercícios são idênticos aos desenvolvidos nas 6 semanas do projecto, mas a maioria foi preparada exclusivamente para este evento, com a participação de 10 alunos da FMH, no controlo da actividade. A Missão X é um projecto da NASA e da ESA (European Space Agency) para estudantes de todo o mundo, que vão realizar actividades físicas, semelhantes às praticadas pelos astronautas, durante a sua preparação para as viagens espaciais. Os conteúdos específicos da actividade estão disponíveis no anexo 14.

#### **6.4.3 Comissão de estágios**

Nomeado pelo Conselho Científico da FMH, o autor deste relatório pertenceu no ano lectivo 2008-09, à Comissão de estágios, constituída pelos regentes de estágio das diferentes licenciaturas e presidida pelo prof. Doutor Marco Onofre, tendo como objectivo caracterizar os estágios da FMH e propor a sua uniformização.

#### **6.4.4 Comissão técnica do Ginásio A**

Nomeado pelo Conselho de Gestão da FMH, o autor deste relatório pertence desde 2002, à Comissão Técnica do Ginásio A, constituída também pelos Professores Doutores César Peixoto e Vítor Ferreira, tendo como objectivo a gestão do Ginásio A, relativamente à sua utilização e quanto às necessidades de manutenção e renovação, do espaço e do equipamento.



PROTÓTIPOS



Bodyboarding Skate



Take-off Skate



Carving skate



## DIDÁCTICA DAS ACTIVIDADES FÍSICAS E DESPORTIVAS I

### MÓDULO DE: Actividades Gímnicas 1

1. Horas de contacto: Teórico-Práticas 19,5
2. Objectivos específicos do módulo:
  - 2.1. Conhecer o Universo Gímnico, as modalidades e as disciplinas que o integram, quanto à sua estrutura organizativa a nível nacional e internacional;
  - 2.2. Conhecer os Fundamentos das actividades gímnicas e as características dos Trampolins e do Tumbling;
  - 2.3. Adquirir, aperfeiçoar e dominar elementos técnicos fundamentais e específicos das modalidades gímnicas em estudo;
  - 2.4. Promover a aquisição de conhecimentos teórico-práticos relativos ao processo ensino-aprendizagem dos elementos técnicos abordados;
  - 2.5. Promover a aquisição de conhecimentos teórico-práticos sobre a intervenção do professor (técnicas de ajuda) nos elementos técnicos abordados nos diversos aparelhos;
3. Programa específico do módulo:
  - 3.1. Taxinomia das Actividades Gímnicas
  - 3.2. Terminologia
    - 3.2.1. Acções motoras do ginasta;
    - 3.2.2. Relação com o aparelho;
    - 3.2.3. Técnica;
  - 3.3. Quadro Sinóptico das Actividades Gímnicas
  - 3.4. Fundamentos e similaridades motoras nas Actividades Gímnicas
    - 3.4.1. Agarrar/ Trepar;
    - 3.4.2. Saltos;
    - 3.4.3. Balanços;
    - 3.4.4. Apoio facial invertido;
    - 3.4.5. Rotações no eixo transversal, longitudinal e antero-posterior;
  - 3.5. Processo de ensino/aprendizagem das técnicas
    - 3.5.1. Progressões pedagógicas;
    - 3.5.2. Classificação dos meios facilitadores;
      - 3.5.2.1. A intervenção do professor (manual);
      - 3.5.2.2. A intervenção mecânica;
    - 3.5.3. Transferência intra e inter tarefa para aprendizagem de novos elementos técnicos;
    - 3.5.4. Determinação do sentido de rotação;
  - 3.6. Caracterização da modalidade Trampolins e da modalidade Tumbling
    - 3.6.1. História internacional e nacional;
    - 3.6.2. Apresentação do contexto;
      - 3.6.2.1. Características dos aparelhos;
      - 3.6.2.2. Zona de competição e equipamentos;
    - 3.6.3. Desenvolvimento técnico;
      - 3.6.3.1. Elementos técnicos;
      - 3.6.3.2. Características dos exercícios;
    - 3.6.4. Enquadramento institucional;
    - 3.6.5. Programa Internacional e Nacional;
      - 3.6.5.1. Campeonatos;
      - 3.6.5.2. Categorias;
      - 3.6.5.3. Exigências técnicas;
      - 3.6.5.4. Composição dos exercícios;
  - 3.7. Domínio da execução de elementos técnicos isolados e em pequenas ligações (especificamente, nos aparelhos de: Solo, Tumbling, Salto de cavalo, Mini trampolim e Trampolim);
4. Bibliografia específica do módulo:
  - 4.1. Peixoto, C. (1984). Ginástica Desportiva, ISEF, Cruz Quebrada.
  - 4.2. Peixoto, C. (1990). Trampolins Elásticos. Sistematização da Aprendizagem, FMH, Cruz Quebrada.

- 4.3. Peixoto, C. & Ferreira, V. (1993). A Ajuda Manual. Atitude Corporal Face ao Executante, FMH, Cruz Quebrada.
- 4.4. Peixoto, C. (1991). Similaridades motoras em desportos gímnicos. Observação de factores de sucesso em atletas de níveis competitivos diferenciados. Tese de doutoramento não publicada, Universidade Técnica de Lisboa, Faculdade de Motricidade Humana.
- 4.5. Walker, R. (1985). Trampolining: beginner to competitor. London: A & C Black.
- 4.6. Peixoto, C. & Ferreira, V. (1994). A ginástica como factor de desenvolvimento motor. Os ciclos de actividade. Ludens, 14, 3, 19-27.
- 4.7. Piard, C. (1982). Fondements de la Gymnastique. Technologie et Pédagogie. Paris: Editions Vigot.
- 4.8. Pozzo, T. & Studeny (1996). Théorie et pratique des sports acrobatiques. Paris: Editions Vigot
- 4.9. Moreira, M. (2007). Actividades gímnicas na escola: uma perspectiva. Boletim da SPEF, 32, 97-106.
- 4.10. Moreira, M., & Peixoto, C. (2004). Análise das Interacções de Três Técnicas Gímnicas em Modalidades Diferenciadas. In V. Ferreira & P. Sarmiento (Eds) Formação Desportiva Perspectivas de Estudo nos Contextos Escolar e Desportivo, pp 139-164.
- 4.11. Pinho, H. (2001). A lateralidade na ginástica artística. Tese de mestrado não publicada, Universidade Técnica de Lisboa, Faculdade de Motricidade Humana.
5. Avaliação específica do módulo:
  - 5.1. Decorrente do Programa Geral da Disciplina, a avaliação admite dois modelos, conforme a opção dos estudantes:
    - 5.1.1. Avaliação Contínua – Implica a presença do aluno no mínimo a 2/3 das aulas e resulta da classificação obtida nas componentes prática (prova prática na qual o estudante deverá demonstrar o domínio dos elementos gímnicos abordados em situação de exercício) e teórica (prova escrita na qual constam todos os temas de carácter teórico e prático desenvolvidos nas aulas), cuja ponderação é respectivamente, 60% para a primeira e 40% para a segunda; em qualquer uma das componentes a classificação deverá ser no mínimo de 9.5 valores.
    - 5.1.2. Avaliações por Exame – todos os estudantes que não cumpriram processo de Avaliação contínua podem efectuar o Exame na época normal e, caso não obtenham classificação positiva, poderão ainda ir a Exame na época de recurso, que está também disponível para quem não obteve classificação positiva na Avaliação Contínua. Em qualquer dos casos, a nota da Avaliação por Exame corresponderá à avaliação solicitada no processo de Avaliação Contínua, com um mínimo de 7,5 valores para a prova teórica e de 9,5 valores para a prova prática, para ter acesso à prova oral de onde sairá a nota final.
  - 5.2. A avaliação prática das Actividades Gímnicas 1 incidirá sobre os seguintes aparelhos:  
Solo, Tumbling, Saltos de cavalo, Mini trampolim e Trampolim;
  - 5.3. Descrição da Avaliação Prática:
    - 5.3.1. Solo  
Apoio facial invertido seguido de rolamento à frente engrupado;
    - 5.3.2. Tumbling  
Corrida, pré-chamada, duas rodas seguidas ou corrida, pré-chamada, roda seguida de rodada;  
Corrida, pré-chamada, salto de mãos seguido de roda ou de rodada;  
Flic-flac à retaguarda na progressão com Mini trampolim;  
Mortal à retaguarda na progressão com Mini trampolim;
    - 5.3.3. Salto de cavalo  
Queda facial;
    - 5.3.4. Mini trampolim  
Mortal à frente;
    - 5.3.5. Trampolim  
Execução de 5 elementos técnicos diferentes (Saltos verticais e Recepções) sem efectuar saltos intermédios.

**DIDÁCTICA DAS ACTIVIDADES FÍSICAS E DESPORTIVAS I**  
**Licenciatura em Ciências do Desporto**  
**1º ANO\_CD / 1º SEMESTRE\_2011-2012**  
**(2ª, 4ª e 6ª feiras das 08:00-09:30 e 09:30-11:00)**

DAFDI – 1ºAno CD, 1º Semestre. Módulos: Atletismo 1, Act. Gimnicas 1, Natação 1, Fitness 1, Basquetebol 1 e Andebol 1												
TURMAS	ROTAÇÃO 1				ROTAÇÃO 2				ROTAÇÃO 3			
	20 Set. a 18 Out. (13 aulas)				20 Out. a 19 Nov. (13 aulas)				22 Nov. a 07 Jan. (12 aulas)			
	08.00-09.30		09.30 – 11.00		08.00-09.30		09.30 – 11.00		08.00-09.30		09.30 – 11.00	
CD 1	Atletismo 1	PA	Basq. 1	PL	Act. Gim1	GA	Andebol 1	PE	Natação 1	P	Fitness 1	GB
CD 2	Fitness 1	GB	Atletismo 1	PA	Basq. 1	PL	Act. Gim1	GA	Andebol 1	PE	Natação 1	P
CD 3	Natação 1	P	Fitness 1	GB	Atletismo1	PA	Basq. 1	PL	Act. Gim 1	GA	Andebol 1	PE
CD 4	Andebol 1	PE	Natação 1	P	Fitness 1	GB	Atletismo 1	PA	Basq. 1	PL	Act. Gim 1	GA
CD 5	Act. Gim 1	GA	Andebol 1	PE	Natação 1	P	Fitness 1	GB	Atletismo 1	PA	Basq. 1	PL
CD 6	Basq. 1	PL	Act. Gim. 1	GA	Andebol 1	PE	Natação 1	P	Fitness 1	GB	Atletismo 1	PA
Atletismo 1	CD 1		CD 2		CD 3		CD 4		CD 5		CD 6	
Basquetebol 1	CD 6		CD 1		CD 2		CD 3		CD 4		CD 5	
Act Gimnicas 1	CD 5		CD 6		CD 1		CD 2		CD 3		CD 4	
Andebol 1	CD 4		CD 5		CD 6		CD 1		CD 2		CD 3	
Natação 1	CD 3		CD 4		CD 5		CD 6		CD 1		CD 2	
Fitness 1	CD 2		CD 3		CD 4		CD 5		CD 6		CD 1	

PA - Pista de Atletismo do E. Nacional | GB - Ginásio B | P – Piscina do E. Nacional | GA - Ginásio A | PL - Pavilhão LORO | PE - Pavilhão Esteiros | SIMEQ – Pavilhão da SIMEQ (Cruz-Quebrada)

Prof. Dr. Vítor Ferreira

versão de 2011 Julho 02



**ESTÁGIO EM TREINO DESPORTIVO I**

Código:                    Ano Curricular:    3º    Ramo / Especialidade: Treino Desportivo  
 Anual [ ] Semestral: 1º [X] 2º [ ] Trimestral: 1º [ ] 2º [ ] 3º [ ]  
 Créditos: 6    ECTS                    Nacionais                    Nível:                    Obrigatória [x] Opcional [ ]  
 Idioma: Português  
 Pré-requisitos: Sem Pré-requisitos  
 Docente(s): Miguel Moreira, César Peixoto, Anna Volossovitch, António Ferreira, Pedro Pessoa, Jorge Infante, Ricardo Duarte, Filipa Serpa, César Coutinho  
 Endereço Web:

1. Horas de contacto:  
 Teóricas                    Práticas    117                    Teórico-Práticas                    Laboratoriais                    Outras

## 2. Objectivos:

A disciplina de Estágio em Treino Desportivo I, mediante o desenvolvimento de capacidades e conhecimentos técnicos e metodológicos, teóricos e práticos, tem por objectivo promover a formação necessária à resolução das tarefas inerentes à intervenção do professor-treinador, no âmbito da organização, planeamento, condução e controlo do treino nas diferentes etapas da carreira do praticante: da iniciação ao alto rendimento.

## 3. Programa:

De forma sumária, a natureza da disciplina de Estágio em Treino Desportivo I, consubstancia-se nos seus diferentes âmbitos de intervenção no apoio à prática desportiva especializada.

O objecto da disciplina de Estágio em Treino Desportivo I, é o estudo e a formulação dos fundamentos teóricos e os princípios metodológico-didácticos do Treino Desportivo de uma dada modalidade desportiva, enquanto processo dirigido por princípios pedagógico-científicos da educação e da formação desportiva. Neste âmbito, o Estágio em Treino Desportivo I, tem de:

1. Investigar os fundamentos teóricos da prestação desportiva a preparação, desenvolvimento e generalização, de modo integrativo, dos conhecimentos.
2. Aperfeiçoar a metodologia, deles resultante, para o desenvolvimento do sistema de princípios, métodos, procedimentos, formas e meios específicos, que determinam, quer o desenvolvimento programado da prestação desportiva na sua complexidade, quer os factores parciais que condicionam a prestação no treino e na competição.

**Objectivos e organização das aulas práticas.**

A carga horária semanal é de 6 horas, dividida em dois módulos de 3 horas.

A didáctica pedagógica que se pretende desenvolver nas aulas práticas da modalidade centra-se nos seguintes aspectos:

1. O desenvolvimento fundamentado dos conteúdos dos diferentes módulos, temas e subtemas referentes à modalidade.
2. O fornecimento das referências bibliográficas essenciais.
3. O equilíbrio quanto à quantidade, densidade e sequência da informação da modalidade relativamente à capacidade de compreensão por parte dos estudantes.
4. O relacionamento dos conteúdos programáticos.
5. Conceptualizar uma vivência prática intensa dos comportamentos técnico-tácticos da modalidade, em diferentes contextos situacionais, de forma a atingir tarefas e objectivos diversificados.
6. Provocar, simultaneamente à vivência prática, a reflexão dos estudantes em relação aos diferentes meios de ensino/treino (construção, aplicação e correcção).
7. Coerência interna entre os conteúdos teóricos desenvolvidos nas aulas com os meios práticos de ensino/treino da modalidade.
8. Alterar as tarefas (missões) táctico-estratégicas dos estudantes dentro dos diferentes meios de ensino/treino, por forma, que estes passem pôr diferentes contextos vivências e experiências, no campo prático.
9. Estabelecer algumas sessões de treino com elevados níveis de volume, intensidade, densidade e complexidade característico dos processos de treino realizados a alto nível.
10. Manter em todas as aulas uma estrutura que cumpra cabalmente os aspectos inerentes à organização das sessões didácticas ou de treino, nomeadamente no que se refere, à informação prévia, preparação, parte principal e parte final.

**Objectivos e organização do estágio no clube/ instituição de acolhimento.**

A carga horária semanal é de 3 horas.

A ligação ao clube/ instituição de acolhimento deve proporcionar as vivências inerentes ao contexto real, associadas à organização e gestão do treino e à participação no contexto competitivo:

A didáctica pedagógica que se pretende desenvolver nas aulas práticas da modalidade centra-se nos seguintes aspectos:

1. Observação e análise do planeamento e da condução do treino.
2. Observação e análise da participação na competição.

**Estratégias pedagógicas.** Relativamente às estratégias pedagógicas utilizadas na disciplinas de Estágio em Treino Desportivo I, distinguimos as seguintes:

1. Associar o fornecimento de conteúdos da modalidade, com o sentido da participação reflexiva e, apreciação crítica dos mesmos por parte dos estudantes.
2. Explicar os conteúdos programáticos da modalidade, de acordo, com a capacidade de assimilação dos estudantes.
3. Utilizar todos os meios auxiliares de ensino apropriados (multimédia, equipamentos), de forma a manter elevados níveis de motivação e, permitir uma assimilação dos conteúdos programáticos de âmbito teórico e teórico-prático.
4. Fomentar as capacidades dos estudantes em relacionarem os diferentes conteúdos programáticos, isto é, estabelecer a análise dinâmica dos conhecimentos entre si.
5. Corrigir a terminologia específica dos estudantes e, a sua correcta aplicação na construção de um discurso apropriado no domínio da modalidade.

**4. Bibliografia:**

A bibliografia é específica de cada modalidade desportiva, dependendo da opção escolhida pelos alunos.

**5. Avaliação:**

O processo de avaliação da disciplina de Estágio em Treino Desportivo I, compreende duas modalidades: avaliação contínua ou exame final.

A avaliação contínua contém três vertentes fundamentais:

1. Teste escrito (40%)
2. Nota da participação dos alunos (20%)
3. Nota do relatório de observação dos treinos/ competição no clube/ instituição de acolhimento (40%)

O estudante realizará exame final (2ª época) se obter classificação negativa ou, se tiver ausência igual ou superior a 20% das aulas leccionadas. O exame final constará de uma avaliação teórica (teste escrito) e uma teórico-prática (oral)

6. Estimativa total de trabalho:  Horas

## ESTÁGIO EM TREINO DESPORTIVO II

### 1. INTRODUÇÃO

O Estágio em Treino Desportivo II é uma unidade curricular do 3º ano do Curso de Licenciatura em Ciências do Desporto – Maior em Educação Física, Menor em Treino Desportivo. Tem a duração de um semestre lectivo, com 10 ECTS, correspondentes a 280 horas, das quais 130 são destinadas a actividades supervisionadas e 150 horas a outras actividades.

Neste documento são estabelecidas as principais orientações para a actividade a desenvolver e nele se incluem o conjunto dos compromissos estabelecidos entre os diferentes intervenientes no estágio, de forma a garantir a harmonização das actividades, das tarefas, dos procedimentos e do processo de avaliação nos diversos locais de estágio.

### 2. OBJECTIVOS

Os objectivos gerais das actividades de estágio são formulados e estruturados em estreita articulação com as áreas de intervenção profissional: Organização e gestão do processo de treino; Participação na competição; Relação com a comunidade.

#### 2.1. Organização e gestão do processo de treino

Pretende-se que o aluno estagiário relacione os saberes próprios da sua especialidade, os saberes transversais e interdisciplinares, com as actividades profissionais associadas ao treino:

- Observação e análise do planeamento;
- Acompanhamento e análise da condução do treino;
- Observação e análise da avaliação;

#### 2.2. Participação no contexto competitivo

Pretende-se que o aluno estagiário relacione os saberes próprios da sua especialidade, os saberes transversais e interdisciplinares, com as actividades profissionais associadas à competição:

- Acompanhamento e análise da participação na competição
- Acompanhamento e análise dos estágios de preparação competitiva

#### 2.3. Relação com a comunidade

Pretende-se que o aluno estagiário se integre na comunidade, com o acompanhamento dos projectos desportivos desenvolvidos, no clube ou na federação respectiva, privilegiando a interacção entre os diferentes intervenientes (d direcção, comissões/secções, família) no processo desportivo, que têm influência no desenvolvimento dos projectos de vida dos desportistas:

- Observação e análise da concepção e dinamização de torneios/competições;
- Observação e análise das características do grupo, dos seus elementos e do enquadramento sócio-cultural;
- Realização do evento na FMH para divulgação das actividades de estágio.

### 3. ORGANIZAÇÃO E FUNCIONAMENTO

#### 3.1. Duração

A disciplina tem uma duração de 14 semanas, com início no dia 13 de Fevereiro de 2012 e término no dia 25 de Maio de 2012.

A carga horária semanal do estágio é de 8 horas nas instituições e de 2 horas na FMH.

#### 3.2. Funcionamento

No Estágio em Treino Desportivo II funcionam as mesmas modalidades disponibilizadas, no 1º semestre, na disciplina Estágio em Treino Desportivo I.

As actividades do Estágio em Treino Desportivo II estão organizadas de maneira a haver um estágio em instituições de acolhimento, com apresentação do trabalho desenvolvido no estágio durante as reuniões de orientação (na FMH) e a organização de um evento pelos alunos, no culminar da disciplina (Evento de divulgação das actividades de estágio – Local FMH).

Semanalmente, os alunos deverão reunir-se com o coordenador do estágio, na FMH para a elaboração de tarefas previamente estabelecidas (2 horas). O estágio será principalmente de observação e, sempre que possível, incluirá a participação prática na liderança de partes da sessão, pelo estagiário, quando solicitadas/autorizadas pelo treinador.

#### 3.3. Competências da instituição de acolhimento

- Dinamizar as actividades mencionadas no perfil de intervenção mediante prévio acordo da direcção das instituições ou serviços envolvidos;
- Elaborar o horário do aluno estagiário de acordo com a carga horária semanal prevista no ponto 3.1 do presente regulamento;
- Preencher a ficha sobre o aluno estagiário conforme modelo disponibilizado pela FMH.

#### 3.4. Admissão

Serão admitidos nesta disciplina todos os alunos que estiverem inscritos no 3º ano do Curso de Licenciatura em Ciências do Desporto – Maior em Educação Física, Menor em Treino Desportivo.

- Local de estágio

As instituições de acolhimento são propostas pelos docentes da unidade curricular e incluem Clubes e Federações que sempre que possível ofereçam aos desportistas os diferentes equipamentos, contextos e metodologias descritos nos objectivos;

As instituições de acolhimento localizam-se preferencialmente na área da grande Lisboa;

Todas as instituições receberão um regulamento do estágio com as respectivas normas e procedimentos para avaliação dos estagiários.

- Distribuição dos candidatos

A distribuição dos candidatos por cada local de estágio é da responsabilidade dos docentes da disciplina e processa-se do seguinte modo:

As vagas e os locais de estágio serão apresentadas aos alunos, previamente, no sentido de dar a conhecer os vários locais de estágio, possibilitando aos alunos uma opção mais adequada aos seus interesses;

No caso das propostas de estágio para uma determinada instituição serem em maior número do que as vagas disponíveis, prevalecerá o seguinte critério de selecção:

- a) Número de disciplinas efectuadas até ao final do segundo ano da licenciatura
- b) Classificação académica referente aos 4 semestres realizados durante os dois primeiros anos de curso (esta informação será fornecida pela Secretaria).

#### 4. EVENTO DE DIVULGAÇÃO DAS ACTIVIDADES DE ESTÁGIO

A realização do evento, no dia 16 de Maio, pretende envolver os alunos estagiários na organização de um momento de divulgação das modalidades em que estiveram envolvidos, bem como das actividades efectuadas durante o estágio.

O evento consiste na elaboração de posters, que ilustrem as actividades desenvolvidas durante o estágio.

A organização, divulgação e implementação da actividade é da responsabilidade dos alunos com a supervisão dos docentes de cada modalidade.

#### 5. AVALIAÇÃO

A avaliação terá em conta a conjugação de parâmetros, cujas expressões parcelares conduzirão a uma única apreciação global.

5.1. A avaliação do estágio, na instituição de acolhimento, é de carácter individual, será realizada através de uma ficha, a preencher pelo treinador, e inclui as seguintes componentes:

- Assiduidade /pontualidade
- Participação e interesse
- Capacidade de iniciativa
- Relações inter-pessoais

5.2. Avaliação individual do desempenho das tarefas, apresentadas durante as reuniões de orientação, a serem realizadas no decorrer do semestre, será efectuada a partir de cada um dos relatórios entregues, associados às áreas Organização e gestão do treino, Participação no contexto competitivo e Relação com a comunidade.

5.3. Avaliação na concepção, planeamento, desenvolvimento e realização do evento de divulgação das actividades de estágio, de acordo com tarefas previamente determinadas.

5.4. Elaboração do relatório final, onde se conjugam todos os dados relativos ao estágio, com uma análise global dos mesmos.

**ESTÁGIO EM TREINO DESPORTIVO I SURF – Conteúdos Programáticos****A. Programa Teórico**

1. OS DESPORTOS DE NATUREZA
  - 1.1. Os desportos de deslize
  - 1.2. O surfing e o surf
2. A CARACTERIZAÇÃO DA DISCIPLINA
  - 2.1. A história internacional
  - 2.2. A história nacional
  - 2.3. O contexto
  - 2.4. A estrutura
  - 2.5. A técnica
  - 2.6. A competição
  - 2.7. O ajuizamento
3. ANÁLISE DO CONTEXTO
  - 3.1. As ondas
  - 3.2. A hidrodinâmica das pranchas
4. ANÁLISE DOS MOVIMENTOS TÉCNICOS
  - 4.1. A descrição técnica
  - 4.2. Aspectos mecânicos
5. TREINO DA TÉCNICA NO SURF
  - 5.1. O treino em seco (ginásio e skate park)
  - 5.2. O treino na água (mar)
6. A COMPETIÇÃO
  - 6.1. Aquecimento
  - 6.2. Preparação para a bateria
  - 6.3. Tática, rendimento na onda e na bateria.

**B. Programa Prático**

1. O aquecimento.
2. O material e as condições de prática.
3. Treino técnico: aproximação, apanhar a onda, subir e descer a onda.
4. Treino técnico: as manobras e a finalização.
5. A comunicação em treino e em competição.
6. Análise técnica: observação e descrição dos movimentos; identificação dos desvios ao padrão motor.
7. Aprendizagem e melhoramento das técnicas: selecção e aplicação dos exercícios.
8. A organização da sessão de treino.
9. Análise das prestações em treino: a técnica e a rentabilização da onda.
10. Análise das prestações em competição: a técnica, a rentabilização da onda e o resultado.
11. Relação entre a análise/resultado das prestações em treino e em competição.

**C. Bibliografia**

- Alderson, W. (1996) *Surfing. A beginner's manual*. Fernhurst, West Sussex.
- Andrews, M. (1994). *Mechanics of Turning*. In Lowdon, B.. *Competitive Surfing. A Dedicated Approach*. Mouvement Publications, Victoria.
- Atkins, A. (1994). *The basics: Skills and Competition*. In Lowdon, B.. *Competitive Surfing. A Dedicated Approach*. Mouvement Publications, Victoria.
- Bessy, M. & Mouton, M. (2004). *Du Plein Air au Sports de Nature. Nouvelles Pratiques Nouveaux Enjeux*. *Revue Education Physique et Sport*, 309, pp67-72.
- Bianic, D. (2004). *Science de la Vague. Thermicator. Les vents thermiques Offshore/ onshore*. *Surf Session Hors-Série Vagues*, 52, pp 80-81.
- Butt, T. & Russel, P. (2002). *Surf Science. An introduction to waves for Surfing*. Alison Hodge, Cornwall.
- Brown, B. & Kampion, D. (1998) *Stoked. Uma história da cultura do surf*. General Publishing Group, Los Angeles.
- Jarvis, C. (2004). *Surfboard Design*. *Surf Europe*, 30, pp52-58.
- León, K. (2002). *Las Nuevas Formas de Acrobacia Deportiva: Los Deportes de Sliz*. In León, K.; Muñoz, J.; Palomo, A.; Sabino, R.; Macias, M.. *Enseñanza y Entrenamiento de la Gimnasia y la Acrobacia, I Simposium Internacional de Actividades Gimnásticas y Acrobáticas/ VII Simposium Nacional, Facultad de Ciências del Deporte, Universidad de Extremadura, Cáceres*.
- Lynch, B. (1994). *Backhand Attack*. In Lowdon, B.. *Competitive Surfing. A Dedicated Approach*. Mouvement Publications, Victoria.

- Moreira, M (2009). Surf: Da ciência à prática. Cruz Quebrada: Edições FMH.
- Moreira, M. (2008). O treino técnico III – A análise das tarefas. Freesurf Magazine, 5, 45.
- Moreira, M. (2008). O treino técnico II – As trajectórias. Freesurf Magazine, 4, 41.
- Moreira, M. (2008). O treino técnico I – As manobras. Freesurf Magazine, 3, 39.
- Moreira, M. (2008). O que é o treino. Freesurf Magazine, 2, 41.
- Moreira, M. (2008). O que é o surf. Freesurf Magazine, 1, 33.
- Moreira, M. (2005). A finalização do treino. Magnolia, 8, 34-37.
- Moreira, M. (2005). O treino. A parte principal. Magnolia Magazine de Beach Culture, 7, 36-39.
- Moreira, M. (2004). O surf depende de quê? Magnolia Magazine de Beach Culture, 4, 28.
- Moreira, M. (2004). A importância do treino. Magnolia Magazine de Beach Culture, 5, 36-37.
- Orbelian, G. (1987). Essential Surfing. Orbelian Arts, San Francisco, California.
- Spangler, T. (2004). Rip Currents: Nearshore Fundamentals. COMET Program, University Corporation for Atmospheric Research [on-line]. Disponível: <http://meted.ucar.edu/marine/ripcurrents/NSF/print.htm>.
- Warshaw, M. (2003). The Encyclopedia of Surfing. Hartcourt, Inc., Orlando.

## ESTÁGIO EM TREINO DESPORTIVO I PROGRAMA GINÁSTICA

### MÓDULO 3 – Condição Física vs Técnica

01 Teórica – A caracterização das actividades gímnicas

02 Prática – A estrutura da sessão: o aquecimento.

As capacidades motoras: coordenação, flexibilidade

03 Prática – As capacidades motoras: velocidade, força e resistência.

### MÓDULO 7 – Conteúdos técnicos específicos

01 Prática – As rotações no eixo transversal, As rotações no eixo longitudinal

02 Teórica – Os mortais com piruetas

### MÓDULO 8 – Conteúdos técnicos específicos da acrobática

03 Prática – Os equilíbrios e os dinâmicos

### MÓDULO 9 – Evolução e construção das rotinas técnicas

01 Teórica – A construção do exercício gímnico

### BIBLIOGRAFIA

LUDENS (1994) - Actividades Gímnicas, vol. Nº14, nº 3, Jul/Set, Ed. CDI-FMH, Revista.

MOREIRA, M. (1999)- Análise das Interações de Três Técnicas Gímnicas em Modalidades Diferenciadas, Tese de Mestrado não publicada, UTL, FMH.

MOREIRA, M. (2000)- A Coordenação. Ludens, vol. Nº16, nº 4, Out/Dez., Edições-FMH.

PEIXOTO, C. (1988) - Ginástica Desportiva 2. Técnicas Específicas, Organização e Planeamento, Ed. ISEF.

PEIXOTO, C. (1990) – Trampolins elásticos – Sistematização da aprendizagem, Ed. FMH, Lisboa.

POZZO, T.; STUDENY, C. (1987) – Théorie et pratique des sports acrobatiques, Vigot, Paris.

SMOLEUSKIY, V.; GAVERDOUSKIY, I. (1996). Tratado general de gimnasia artistica deportiva, Editorial Paidotribo, Barcelona.

### METODOLOGIA DO TREINO - ESTÁGIO I - 1º semestre

Mês	Novembro																									
Data	01-Nov	02-Nov	03-Nov	04-Nov	05-Nov	06-Nov	08-Nov	09-Nov	10-Nov	11-Nov	12-Nov	15-Nov	16-Nov	17-Nov	18-Nov	19-Nov	22-Nov	23-Nov	24-Nov	25-Nov	26-Nov					
Espagos		Gin A	Gin A				Gin A	Gin A				Gin A	Gin Alsala				Gin A	Gin Alsala								
Teor/Praticas	Feriado	Prática	Técnica																							
Horas		15.30-17.30	14.30-16.30				14.30-16.30	14.30-16.30				14.30-16.30	14.30-16.30				14.30-16.30	14.30-16.30								
Matrícula/Módulo		Mod 7-1	Mod 7-2				Mod 4	Mod 5-1				Mod 3-2	Mod 10-1				Mod 3-3	Mod 10-2								
Professor		MMoreira	MMoreira				CPeixeoto	MMoreira				MMoreira	CPeixeoto				MMoreira	CPeixeoto								

Mês	Novembro																	Dezembro									
Data	28-Nov	30-Nov	01-Dez	02-Dez	03-Dez	06-Dez	07-Dez	08-Dez	09-Dez	10-Dez	13-Dez	14-Dez	15-Dez	16-Dez	17-Dez												
Espagos	Gin A	Gin Alsala				Gin Alsala	Gin A				Gin Alsala	Gin Alsala															
Teor/Praticas	Prática	Técnica	Feriado			Técnica	Técnica	Feriado			Técnica	Técnica															
Horas	14.30-16.30	14.30-16.30				14.30-16.30	14.30-16.30				14.30-16.30	14.30-16.30															
Matrícula/Módulo	Mod 8-3	Mod 8-1				Mod 8-2	Mod 8-1				Mod 8-2	Mod 8-3															
Professor	MMoreira	CPeixeoto				CPeixeoto	MMoreira				CPeixeoto	CPeixeoto															

Mês	Janeiro																																								
Data	03-Jan	04-Jan	05-Jan	06-Jan	07-Jan																																				
Espagos		Gin Alsala	Gin Alsala																																						
Teor/Praticas		Técnica	Técnica																																						
Horas		14.30-16.30	14.30-16.30																																						
Matrícula/Módulo		Mod 9-4	Apres-trab																																						
Professor		CPeixeoto	CPAMI																																						



## SISTEMÁTICA DAS ACTIVIDADES FÍSICAS E DESPORTIVAS

## 1. Horas de contacto:

Teóricas: 13.0; Teórico-práticas: 19.5; Total: 32.5

## 2. Objectivos: 2. Objectivos:

- Compreensão e explicação dos fenómenos desportivos, através de modelos interpretativos. Formular um "design" visando a identificação e o desenvolvimento das técnicas e de estratégias nas Actividades Desportivas.

- Estabelecimento e uma ordem lógico-descritiva para atingir objectivos taxionómicos/terminológicos, apontando para um objectivo final que agrupe as estruturas através de inovação e modelação de sistemas de integração, facilitando a sua aplicação no terreno (ensino/aprendizagem).

## 3. Programa:

Curso Teórico-Prático (organização)

A Classificação como Ciência

Factores específicos (Critérios; Objectivos; categorias)

- Procedimentos para a classificação

Taxionomias (Lógica categorial; Lógica estatística; Interações)

- Praxiologia

Terminologia (Funções; Requisitos; Princípios; Semiótica; Descritiva; Axiomática; Léxico; Simbologia)

- Definição de critérios;

Classificação segundo diversos autores

Classificação das situações/tarefas

Conceitos e características fundamentais

- Modelos (interacção); Análise (relações);

Classificação específica

- Sistemas;

Estruturar/Categorias

Taxionomias, Nomenclaturas

- Técnicas Desportivas (Técnicas &ndash; Acções motoras).

Instrumentos - factores determinantes

- Componentes e Condicionantes

Conceito, características do movimento, conduta motora na actividade física

- Definição (estruturas); Terminologia (especificidade)

Fundamentos da acção motora

- Estratégias (Progressões &ndash; Sub rotinas)

Representação gráfica

Critérios gerais (Raciocínio analógico)

- Visualizar o problema (desenhar a interpretação)

Ensino por Projectos (Representação gráfica)

- Problemas/resolução (abstrair os princípios)

Diferenciação &ndash; correlacionar os requisitos

- Perceber o padrão (ver o que está por detrás do óbvio)

- Modelação Sistemica

CURSO PRÁTICO (organização)

Desportos Individuais, Desportos Colectivos, Desportos Oposição, Desportos Evasão, Desportos de Combate

## 4. Bibliografia:

Bibliografia principal:

ENCICLOPÉDIA EINAUDI (2000). Sistemática nº. 42. Edição Imprensa Nacional, Casa da Moeda.

ENCICLOPÉDIA EINAUDI (2000). Sistemática nº. 43. Edição Imprensa Nacional, Casa da Moeda.

PEIXOTO, C. (1994). Terminologia. Um Instrumento de Gestão. Ludens, 14, 2.

PEIXOTO, C. (1997). Sistemática das Actividades Desportivas. Modelos e Sistemas de Análise do Desempenho Desportivo, Ed. FMH.

PEIXOTO, C. (2002). A Classificação e a Ciência. As Ciências do Desporto e o Conhecimento. Ludens

MOREIRA, M. (2002). Desportos de Oposição. O que são?, Ludens, 17, 1.

Bibliografia complementar:

PARLEBAS, P. (1981). Contribution a un Lexique Commenté en Science de Action Motrice, Publicações INSEP, Paris.

SÉRGIO, M. (1989). Motricidade Humana. Uma ciência do Homem. ISEF, Serviço de Edições, Lisboa

ENCICLOPÉDIA EINAUDI (1993). Sistemas nº. 26. Edição Imprensa Nacional, Casa da Moeda.

FLEISHMAN, E. & QUAINANCE, M. K. (1984). Taxonomics of Human Performance, Academic Press, INC - New York.

HAMILL, J.; KNUTZEN, K. M. (1995). Biomechanics Basis of Human Movement, Williams & Wilkins, USA.

LASZLO, E. (1987). Evolução. A Grande Síntese. Editora Instituto Piaget, Lisboa.

5. Avaliação:

Avaliação contínua resulta de um trabalho prático desenvolvido ao longo das aulas e de um teste final

6. Estimativa total de trabalho: 69.5 horas

Teóricas:

Módulo\_1 Apresentação  
Organização da disciplina  
Avaliação

Módulo\_2 Conceitos  
Paradigmas SAFD  
Sistémica  
Definição de SAFD

Módulo\_6 Desportos colectivos e desportos raqueta  
Características, objectivos e variáveis  
Restrições  
Estrutura do jogo

Módulo\_7 Desportos combate e desportos Natureza  
Características, objectivos e variáveis  
Particularidades  
Componentes e condicionantes

Módulo\_8 Desportos individuais  
Características, objectivos e variáveis  
Variáveis  
Semelhanças motoras

Módulo\_9 Taxinomia  
Procedimentos de classificação  
Taxinomias C. Desporto

Módulo\_10 Trabalho  
Objectivos da tarefa e descrição  
Componentes e condicionantes  
Aplicação prática

Práticas:

Características e particularidades  
Serviço ténis; Clear e remate badminton; Batimentos ténis mesa  
Ficha 7- compreender e explicar as tarefas

Componentes e condicionantes  
Textura, padrão e tamanho das bolas; Altura rede; Tamanho campo  
Ficha 7- compreender e explicar as tarefas

Desportos individuais  
Semelhanças motoras: saltos, obstáculos;  
Ficha 7- compreender e explicar as tarefas

Desportos de deslize  
Análise da tarefa para soluções didácticas  
Aplicação prática surf com skates

Módulo\_10 Trabalho  
Orientação tutorial

Semanas	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
Datas	19a23-set	26a30-set	03a07-out	10a14-out	17a21-out	24a28-out	31a04-nov	07a11-nov	14a18-nov	21a25-nov	28a02-dez	05a09-dez	12a16-dez
T1	Práticas	Observ_interp	Observ_interp	Cont_obj_inst	Módulo_10-1	Caract_Part	Desp_ind(1)	Comp_Cond	Módulo_10-2	Ret_Fx_Movels	Módulo_10-3	Desp_ind(2)	Desp_Deslize
T2	Práticas	Observ_interp	Observ_interp	Cont_obj_inst	Módulo_10-1	Caract_Part	Desp_ind(1)	Comp_Cond	Módulo_10-2	Ret_Fx_Movels	Módulo_10-3	Desp_ind(2)	Desp_Deslize
T3	Práticas	Observ_interp	Observ_interp	Cont_obj_inst	Módulo_10-1	Caract_Part	Desp_ind(1)	Comp_Cond	Módulo_10-2	Ret_Fx_Movels	Módulo_10-3	Desp_ind(2)	Desp_Deslize
T4	Práticas	Observ_interp	Observ_interp	Cont_obj_inst	Módulo_10-1	Caract_Part	Desp_ind(1)	Comp_Cond	Módulo_10-2	Ret_Fx_Movels	Módulo_10-3	Desp_ind(2)	Desp_Deslize
T5	Práticas	Observ_interp	Observ_interp	Cont_obj_inst	Módulo_10-1	Caract_Part	Desp_ind(1)	Comp_Cond	Módulo_10-2	Ret_Fx_Movels	Módulo_10-3	Desp_ind(2)	Desp_Deslize
T6	Práticas	Observ_interp	Observ_interp	Cont_obj_inst	Módulo_10-1	Caract_Part	Desp_ind(1)	Comp_Cond	Módulo_10-2	Ret_Fx_Movels	Módulo_10-3	Desp_ind(2)	Desp_Deslize
Práticas	MMoreira	CFeixoto	CFeixoto	CFeixoto	CPMM	MMoreira	CFeixoto	MMoreira	CPMM	CFeixoto	CPMM	MMoreira	MMoreira
Espaos	Gin A	Gin A	Gin A	Gin A	Sala	Priv_Lord	Gin A	Priv_Lord	Sala	Gin A	Sala	Priv_Lord	Priv_Lord
Teóricas	23-Set	30-Set	07-Out	14-Out	21-Out	28-Out	04-Nov	08-Nov	15-Nov	22-Nov	29-Nov	06-Dez	13-Dez
Materia/Módulo	Mod. 1-Mod.2	Módulo 5	Módulo 4	Módulo 10-1	Módulo 3-2	Módulo 9	Módulo 6	Módulo 7	Módulo 8	Módulo 10-3	Módulo 3-1		Teste
Professor	MMoreira	CFeixoto	CFeixoto	MMoreira	CFeixoto	MMoreira	MMoreira	MMoreira	MMoreira	CFeixoto	CFeixoto	MMoreira	MMoreira

## TREINO DA TÉCNICA E DA TÁCTICA DESPORTIVAS

Aula	Dia	Sumário				
		Desportos Individuais		Desportos Colectivos		
1	TC 6 Out.	Qua.	Apresentação do programa da disciplina. (CP/DA/APF/MM/AV)			
2	TE 12 Out.	Ter.	Conceitos de Técnica - fundamentos	CP	Os fundamentos da tática nos jogos desportivos.	APF
3	TE 13 Out.	Qua.	Técnica Desportiva e Modelos de Optimização	CP		
4	19 Out.	Ter.	Manifestações do comportamento decisional no desporto. A organização do comportamento decisional.			DA
5	20 Out.	Qua.				
6	26 Out.	Ter.	Fundamentos da tomada de decisão em competição. Desenvolvimento e treino da tomada de decisão no desporto.			DA
7	27 Out.	Qua.				
8	TE 2 Nov.	Ter.	Estrutura da Técnica, variação e automatização	CP	Perspectivas sobre o desenvolvimento de skills nos desportos colectivos.	AV
9	TE 3 Nov.	Qua.	Técnica vs Complexidade e Componentes Físicas	CP		
10	TE 9 Nov.	Ter.	Meios e métodos de Treino da Técnica	MM	A análise da performance nos desportos colectivos.	AV
11	TE 10 Nov.	Qua.	Técnica e aprendizagem vs competências	CP		
12	16 Nov.	Ter.	O conhecimento tático do treinador e do jogador. Características, especificidades, actualidade da investigação.			APF
13	17 Nov.	Qua.				
14	23 Nov.	Ter.	Técnica VS Coordenação e Velocidade			MM
15	24 Nov.	Qua.	Técnica VS Flexibilidade			MM
16	TE 30 Nov.	Qua.	Planeamento vs periodização da técnica	MM	A metodologia de preparação da tática.	APF
17	TE 7 Dez.	Qua.	Avaliação Qualitativa da Técnica	CP		
18	TC 14 Dez.	Ter.	Análise da técnica e das tarefas para o treino e competição			MM
19	TE 15 Dez.	Qua.	Avaliação Quantitativa da Técnica	CP	Apresentação de trabalhos práticos.	APF/Anna /DA
20	TE 4 Jan.	Ter.	Particularidades da técnica em diferentes tipos de desporto	MM	Apresentação de trabalhos práticos.	
21	TE 5 Jan.	Qua.	Apresentação dos Trabalhos	CP/MM	Apresentação de trabalhos práticos.	
	???		Teste final em exame de 1ª época		Teste final em exame de 1ª época ???	

CP- César Peixoto/ DA- Duarte Araújo/ APF- António Ferreira/ MM- Miguel Moreira/ AV- Anna Volossovitch

## Meios e métodos de treino da técnica

Taxinomas da técnica; Métodos de treino da técnica; Meios para treino da técnica.

## Técnica vs coordenação e velocidade

Formas de treino técnica; Coordenação; Velocidade; Planeamento; Relação.

## Técnica vs flexibilidade

Flexibilidade; Estrutura e desenvolvimento da técnica; Estrutura da actividade; Análise das tarefas.

## Planeamento vs periodização da técnica

Desenvolvimento da carreira; Níveis técnicos; Construção do exercício; Planeamento exemplos.

## Análise da técnica e das tarefas para o treino e competição

Conhecer modalidade; Ensino e treino; Métodos de análise; Análise estrutural e funcional.

## Particularidades da técnica em diferentes tipos de desportos

Objectivos técnicos; Planeamento; Exemplos práticos.

## Bibliografia:

- Burton, A. & Miller, E. (1998). Movement skill assessment. Champaign: Human Kinetics Books.
- Hotz, A. & Weineck, J. (1983). Métodos da instrução técnica. In J. Weineck (1989), Manual de treinamento esportivo, (pp. 204-205). (trad.). São Paulo: Editora Manole Ltda.
- Maglischo, E. (1993). Swimming even faster. California: Mayfield Publishing Company.
- Martin, D., Carl, K., & Lehnertz, K. (2001). Manual de metodologia del entrenamiento deportivo. Barcelona: Editorial Paidotribo.
- Magill, R. (1998) Motor learning: concepts and applications. McGraw-Hill.
- Moreira, M. (2007). Matriz de análise das tarefas desportivas. Sistema de classificação estrutural. Modelo Taxinómico do surf. Tese de Doutoramento, não publicada, FMH-UTL.
- Neumaier, A. (2002). Enfoque científico del entrenamiento de la técnica. In J. Nitsch, A. Neumaier, H. Marées, J. Mester, (Eds.), Entrenamiento de la técnica. Contribuciones para un enfoque interdisciplinario, (pp. 193-243). (R. Polledo, trad.). Barcelona: Editorial Paidotribo.
- Stammers, R. & Shepherd, A. (1995). Task Analysis. In J. R. Wilson & E. N. Corlett (Eds.), Evaluation of Human Work (2nd ed.) (pp. 144-168). London: Taylor & Francis.
- Zhelyazkov, T. (2001). Bases del entrenamiento deportivo. (M. Marinkova, trad.). Barcelona: Editorial Paidotribo.



## ENSINO E TREINO DO DESPORTO ESCOLAR – DESPORTOS DE DESLIZE

1. Aula 1
  - 1.1. Teórica – Caracterização dos desportos de deslize
    - 1.1.1. Desportos de Natureza
    - 1.1.2. Desportos de deslize
    - 1.1.3. Exemplo do surf (treino de mar; treino em seco)
    - 1.1.4. Caracterização do envolvimento
    - 1.1.5. Caracterização das pranchas
    - 1.1.6. As técnicas
    - 1.1.7. Estrutura da competição
  - 1.2. Prática
    - 1.2.1. Bodyboard: esquerdas e direitas (posição do corpo), 360º na prancha com rodas;
    - 1.2.2. Surf: take-off, no chão, em cima da capa da prancha, e no banco sueco;
    - 1.2.3. Posição base de deslize, no skate longboard; Contornar pinos com o skate;
    - 1.2.4. Take-off no skate (skate take-off);
    - 1.2.5. Equilíbrio: nas tábuas em cima dos rolos; de joelhos e em pé na bola gímnica.
2. Aula 2
  - 2.1. Teórica – Particularidades do planeamento
    - 2.1.1. Caracterização do desporto Escolar – Surf
    - 2.1.2. Etapas de formação
    - 2.1.3. Desenvolvimento a Longo Prazo da Carreira do Surfista
    - 2.1.4. Desenvolvimento técnico
    - 2.1.5. Definição de objectivos
    - 2.1.6. Periodização
    - 2.1.7. Estrutura da sessão de treino
  - 2.2. Prática
    - 2.2.1. Take-off no skate (skate take-off);
    - 2.2.2. Take-off no cavalo ou na trave;
    - 2.2.3. Take-off banco sueco inclinado;
    - 2.2.4. Viragens com carving skateboarding;
    - 2.2.5. Aéreos com prancha skate e de bodyboarding no trampolim.
3. Aula 3
  - 3.1. Teórico prática – Realização de um possível planeamento

## Referências bibliográficas:

- Alderson, W. (1996) Surfing. A beginner's manual. Fernhurst, West Sussex.
- Butt, T.; Russel, P. (2002). Surf Science. An introduction to waves for Surfing. Alison Hodge, Cornwall.
- Moreira, M (2009). Surf: Da ciência à prática. Cruz Quebrada: Edições FMH.
- Moreira, M. (2008). O treino técnico III – A análise das tarefas. Freesurf Magazine, 5, 45.
- Moreira, M. (2008). O treino técnico II – As trajectórias. Freesurf Magazine, 4, 41.
- Moreira, M. (2008). O treino técnico I – As manobras. Freesurf Magazine, 3, 39.
- Moreira, M. (2008). O que é o treino. Freesurf Magazine, 2, 41.
- Moreira, M. (2008). O que é o surf. Freesurf Magazine, 1, 33.
- Moreira, M. (2005). A finalização do treino. Magnolia, 8, 34-37.
- Moreira, M. (2005). O treino. A parte principal. Magnolia Magazine de Beach Culture, 7, 36-39.
- Moreira, M. (2004). O surf depende de quê? Magnolia Magazine de Beach Culture, 4, 28.
- Moreira, M. (2004). A importância do treino. Magnolia Magazine de Beach Culture, 5, 36-37.
- Moreira, M. (2004). O aquecimento dos desportos de evasão. Magnolia Magazine de Beach Culture, 6, 29-32.
- Orbelian, G. (1987). Essential surfing. San Francisco, California: Orbelian Arts.



## UTRECHT SUMMER SCHOOL

HU University of Applied Sciences Utrecht  
Lifestyle and Health (HU)  
Course code: M16  
Bachelor level

In this course we zoom in on human kinetics and training methodology for surfers. The first week of the course is held in Utrecht. Several topics will be addressed. We start with surf related physiotherapeutic and movement sciences workshops by specialized lecturers. We also visit the Royal Netherlands Meteorological Institute to learn Oceanography and Meteorology, weather and storm forecast, waves and tidal info. Workshops are given by an ER nurse from the Nursing department on surf related injury like drowning, hypothermia, fractures and incised wounds. In the weekend we travel from Utrecht to Lisbon and on Monday start with lesson of Prof. Dr. Miguel Moreira and have surfing sessions in the afternoon.

**COURSE DIRECTOR**  
Pieterbas Lalleman and Miguel Moreira

**LOCATION**  
- Utrecht, The Netherlands  
- Lisbon, Portugal

**TARGET GROUP**  
Bachelor and Master students interested in professional surfing and training methodology. Focus is on physiotherapy, sports medicine-, sports science-, and movement science students and coaches.

**COURSE AIM**  
Gain understanding of Human Kinetics issues and training methodology in surfing. Improving your surfing skills by Evidence Based Knowledge, training and practice.

**PERIOD**  
04 July 2011 - 15 July 2011 (2 weeks)

**CREDITS**  
5.0 ECTS credits + Certificate of Attendance

**STUDY LOAD**  
60 contact hours for two weeks. Workshops, excursions, training sessions and lecturers.

	Monday 11 July	Tuesday 12 July	Wednesday 13 July	Thursday 14 July	Friday 15 July
08.00-08.30		Surf Practice	Surf Practice	Surf Practice	Surf Practice
08.30-09.00		Introduction	Take-off	Wave riding	Wave riding
09.00-09.30	Introduction Lecture	Take-off	Trimming		
09.30-10.00	FMH-UTL	MM, JM & AB	MM, JM & AB	MM, JM & AB	MM, JM & AB
10.00-10.30	Morning Break	Morning Break	Morning Break	Morning Break	Morning Break
10.30-11.00		Lecture - Sliding Sports	Lecture - Task analysis:	Balance test	Finishing Presentations
11.00-11.30	Tour on campus	Biomechanics / Leedert van	Skills Observation	Laboratory FMH	
11.30-12.00		Gaalen, MSc & Michiel Punt, MSc	César Peixoto, PhD	Course Team	Course Team
12.00-12.30	Lunch	Lunch	Lunch	Lunch	Lunch
12.30-13.00					
13.00-13.30	Lecture -	Lecture -	Lecture -	Lecture -	Presentations
13.30-14.00	Surf Characterization	Surfboards Characterization	Surf Season Planning	Training Methods	
14.00-14.30	Miguel Moreira, PhD	Miguel Moreira, PhD	Miguel Moreira, PhD	Paulo Cipriano, EdD	Course Team
14.30-15.00	Afternoon Break	Afternoon Break	Afternoon Break	Afternoon Break	Afternoon Break
15.00-15.30	Lecture -	Visit	Skate Practice	Indoor Practice	Presentations
15.30-16.00	Waves characterization	Surfboard Factory	Skate Park	Methods, Turns and Airs	
16.00-16.30	Miguel Moreira, PhD	Polen	MM, JM & AB	MM & PC	Course Team
16.30-17.00	Indoor Practice		Read literature	Finishing Assignment	
17.00-17.30	Balance and Take-off	Read literature	Assignment		End of Summer Course
17.30-18.00	MM, JM & AB	Assignment			

MM- Miguel Moreira, PhD  
JM- João Moisés, EdD & MSc Student  
AB- Axel Belino, EdD & MSc Student  
PC- Paulo Cipriano, EdD & MSc Student



## PÓS-GRADUAÇÃO EM SURF

### 1. OBJECTIVOS DO CURSO

Pretendemos, com esta Pós-Graduação, disponibilizar formação especializada, de forma que contribua para o reconhecimento do Surf, como modalidade desportiva, e aumente as competências dos profissionais desta área.

Temos então como objectivos gerais, para o aluno deste curso: ganhar competências na área do Surf; dominar os fundamentos técnicos da modalidade; dominar os fundamentos do treino e da competição do Surf; adquirir conhecimento científico aplicado ao Surf.

### 2. DESTINATÁRIOS

A Pós-Graduação em Surf é um curso para indivíduos relacionados com a área do Surf (treinadores, surfistas,...), que sejam licenciados, ou equivalente legal, nas áreas das Ciências do Desporto e da Educação Física, ou outras consideradas adequadas. Podem também ser candidatos os detentores de currículo científico, académico e profissional, significativo na área do Surf.

### 3. ESTRUTURA DO CURSO

O curso é constituído por 13 módulos disciplinares, na área científica das Ciências do Desporto, com uma componente teórica e uma teórico-prática, com um total de 205 horas, distribuídas por dois semestres lectivos.

Como condições necessárias à concessão do diploma, temos a aprovação no trabalho final, sendo ainda exigida uma assiduidade não inferior a 80% da duração total do curso.

#### 3.1. Estrutura Curricular

O curso é leccionado maioritariamente por docentes da Faculdade de Motricidade Humana, por docentes de outras Instituições, tendo em consideração os protocolos com as mesmas e também por individualidades de reconhecida competência profissional, nas áreas específicas.

Quadro 1. Módulos disciplinares/ Duração

Mod.	Tema	T	TP	HE	ECTS
1	Sistemática do Surf	24		240	10
2	Fisiologia do Treino	12	3	125	5
3	Métodos de Treino Desportivo	12	3	125	5
4	Didáctica do Surf	16	40	400	14
5	Análise do Desempenho Desportivo	9	6	125	5
6	Pedagogia do Desporto	8		60	2
7	Psicologia do Desporto	10		90	3
8	Diagnóstico e Meios Terapêuticos das Lesões no Surf	8	4	90	3
9	Segurança Aquática e Salvamento em Surf	8	6	100	4
10	Surf com Populações Especiais	8	4	90	3
11	Surf nos Programas de Exercício-Saúde	8		60	2
12	Nutrição no Surf	8		60	2
13	Marketing na Gestão do Surf	8		60	2
Total		139	66	1625	60

#### 3.2. Coordenação do Curso

O curso será coordenado pelo Professor Doutor Miguel Moreira e pelo Professor Doutor César Peixoto.

#### 3.3. Início e Horário do Curso

O curso terá início a 21 Setembro e as aulas serão leccionadas na Faculdade de Motricidade Humana, às sextas das 18.30 às 21.30 horas, e aos sábados, das 8h30 às 13h30, na FMH e em alguns sábados, das 15h00 às 18h00, no local mais próximo e mais adequado à prática (praia ou skate parque).

#### 4. PRAZO DE CANDIDATURA E DE INSCRIÇÃO

As candidaturas decorrerão entre 2 de Julho e 7 de Setembro e a inscrição entre 17 e 21 de Setembro, após notificação dos candidatos admitidos.

#### 5. CONDIÇÕES DE ADMISSÃO E CRITÉRIOS DE SELECÇÃO

Os candidatos devem possuir a licenciatura, ou equivalente legal, nas áreas das Ciências do Desporto e da Educação Física, ou outras consideradas adequadas. Podem também ser admitidos os detentores de currículo científico, académico e profissional, significativo na área do Surf.

Serão todos sujeitos a uma apreciação curricular e a uma entrevista.

#### 6. JÚRI DE SELECÇÃO

O júri de selecção dos candidatos é constituído pelos seguintes elementos: Prof. Doutor Miguel Moreira, Prof. Doutor César Peixoto e Prof. Doutor Vítor Ferreira.

#### 7. VAGAS

O *numerus clausus* do curso é de 20 alunos, tendo em consideração a sua componente prática, de forma a garantir uma aprendizagem de qualidade, e o mínimo, para o funcionamento do mesmo, em função dos custos, é de 11 alunos.

#### 8. PROPINAS/ ORÇAMENTO

O custo total do curso é de 1600 euros, sendo a propina paga em duas prestações de 800 euros: a primeira será feita no acto de inscrição e a segunda até ao dia 31 de Janeiro. A gestão da receita será efectuada em função dos gastos previstos no quadro 3, onde apresentamos uma previsão para o mínimo de 12 alunos e para o máximo 20.

Quadro 3. - Orçamento

Previsão para 20 alunos	Valores em €	Previsão para 11 alunos	Valores em €
Receita	32000	Receita	17600
Overhead FMH-UTL (20%)	4500	Overhead FMH-UTL (20%)	3520
Secretariado	1500	Secretariado	750
Professores FMH-UTL (55€)	7370	Professores FMH-UTL (50€)	6835
Professores Externos (55€)	1925	Professores Externos (55€)	1925
Professores Estrangeiros (55€+iva)	1716	Professores Estrangeiros (55€+iva)	1716
Viagens e estadias	1650	Viagens e estadias	1650
Material de apoio diverso	11439	Material de apoio diverso	1204
Despesa Total	32000	Despesa Total	17600
Saldo	0	Saldo	0

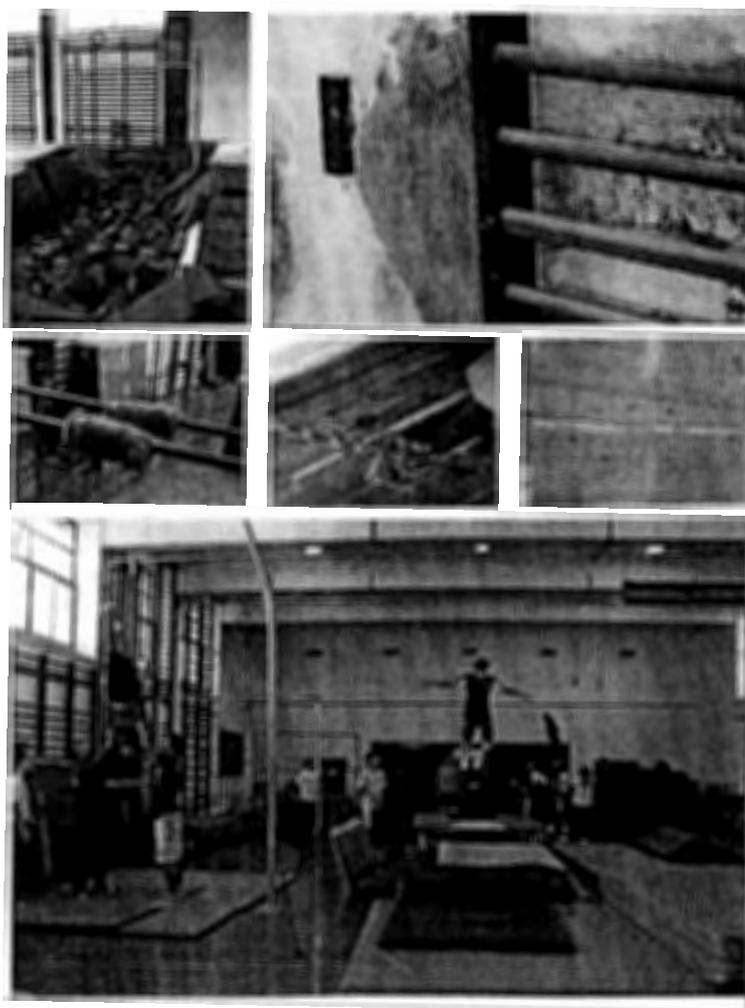
## RESUMO DO PROJECTO E DA INTERVENÇÃO NO GINÁSIO A

### Restauro das instalações, reestruturação e aquisição de novos aparelhos.

#### INTRODUÇÃO

Durante o período das últimas direcções do Conselho Directivo, fomos informando que o Ginásio A carecia de obras e de renovação dos equipamentos. O último restauro foi em 1999, verificando-se uma degradação das paredes e do chão, pela idade e devido a infiltrações. Estas condicionavam a intervenção no Ginásio, já que dependiam de uma intervenção no exterior, que já foi efectuada no ano transacto, chegando então o momento de uma intervenção interior. A última compra de material foi em 2004, com a aquisição de capas para colchões de recepção e de protecções para o trampolim. A segurança e qualidade dos aparelhos, que até agora tem estado no limite inferior, com restauros pontuais, neste momento deixaram de ser viáveis, devido ao desgaste do material.

Assim é necessária uma intervenção profunda, nas instalações e nos equipamentos, por questões de segurança e qualidade, bem como do bom nome da nossa instituição, tendo em consideração os espaços equivalentes, nas Faculdades nacionais e internacionais, com condições muito melhores.



Ginásio A, FMH (2010)

Apresentamos então uma proposta, com as intervenções necessárias, num caderno referente às instalações e noutro caderno referente aos equipamentos.

## CADERNO I - INSTALAÇÕES

Relativamente às instalações identificámos:

- As paredes têm o estuque a cair e com bolor, com o risco de os espaldares ficarem sem apoio;
- O soalho tem “bicho da madeira”, desfaz-se e a estrutura de suporte (barrotes de madeira) apodreceu devido às infiltrações;
- Os suportes dos aparelhos soltam-se, devido ao referido mau estado do chão;

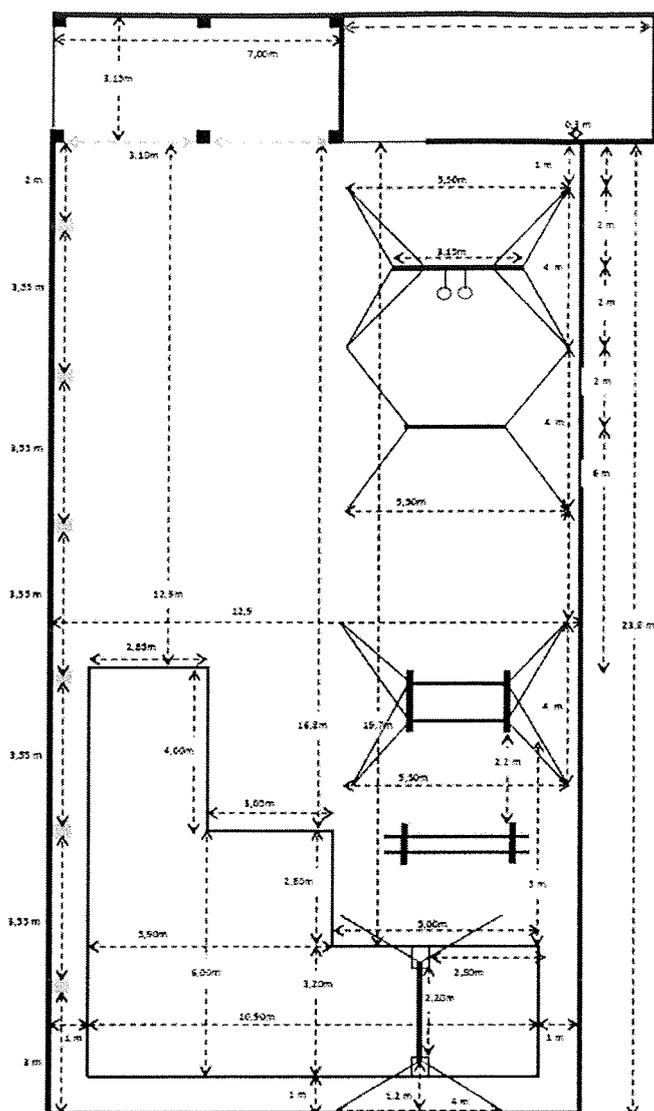
Verificámos também que existe a possibilidade de aumentar o espaço, retirando as paredes da entrada, e de recuperar a arrecadação demolida em obras anteriores, o que permitirá um grande ganho de espaço, ao retirarmos do ginásio os aparelhos mais pequenos e os armários.

Este também será o melhor momento para as alterações no fosso, necessárias por questões de segurança e para reestruturar o espaço, aumentando a sua rentabilidade.

A intervenção nas instalações estará a cargo da UTL, com a nossa supervisão, e após a constatação das condições precárias do espaço propõe-se, as seguintes alterações, assinaladas na planta:

- Colocação de novo pavimento, com características semelhantes ao existente, considerando a existência da caixa-de-ar;
- Alteração da estrutura do fosso para forma em L com 10mX10,9m, com os recortes apresentados na planta;
- Colocação das fixações dos aparelhos, no pavimento, nos locais assinalados na planta (Φ), bem como as fixações dos montantes e quadros suecos;
- Remoção das paredes do lado direito, do hall de entrada e da porta aí existente;
- Colocação de uma porta nova (retirando a tranca exterior), com abertura para o exterior, com mola, de forma a manter-se fechada, e com pequeno vidro para visionamento do interior;
- Colocação da parede na arrecadação, recolocando em funcionamento a respectiva porta;
- Colocação de tomadas de electricidade nos pontos assinalados na planta (⊗)
- Recuperação da superfície das paredes, com remoção total dos espaldares e montantes e respectiva recolocação no final, com excepção de:
  - Espaldares  
Os espaldares da entrada são para colocar no fundo do ginásio e devem ser substituídos os que estão podres
  - Traves suecas, Argolas e Cordas  
Devem ser montadas do lado oposto do ginásio, ficando as cordas no mesmo montante das argolas
  - Espelho e Quadro de ardósia  
O quadro é para retirar e o espelho é para colocar nessa parede

Apresentamos então a planta com as respectivas medidas e indicações para alterações e colocação dos aparelhos:



Planta com Sala na entrada e arrecadação

## CADERNO II - EQUIPAMENTOS

O ginásio necessita ainda, tendo em consideração as condições ambientais de temperatura e luminosidade:

- Colocação de sistema de ventilação nas janelas;
- Colocação de cortinas nas janelas.

Com as alterações propostas conseguimos finalmente encontrar espaço, no hall de entrada, para as apresentações teóricas, efectuadas na maioria das aulas, sendo necessário o respectivo equipamento:

- Quadro branco a colocar na parede oposta à porta;
- Tela de projecção a colocar na parede oposta à porta;
- Vídeo projector a colocar no tecto;
- Mesa com computador;
- 25 cadeiras empilháveis.

A alteração da estrutura do fosso necessita também de ser acompanhada pela protecção dos rebordos (cantos de esponja apresentados na figura), da colocação de uma lona de segurança no fundo e do enchimento com cubos de espuma (que já existem sendo necessário um reforço para o equivalente a  $9m^3$ ).

Relativamente aos aparelhos existentes, devido ao elevado desgaste, necessitamos de os restaurar, substituindo algumas das suas componentes:

- 4 Plintos (aparafusar cabeças e estruturas, substituir rodas);
- Trave baixa (substituir apoios - 2);
- Trave alta (substituir borrachas dos apoios - 4)
- Argolas ajustáveis (restaurar cabos e fixação na parede);
- 2 Trampolins (substituir borrachas dos apoios - 8);
- Rodas de transporte do trampolim (substituir - 2);
- Duplo-mini trampolim (substituir borrachas dos apoios - 6);
- 3 Mini trampolim (substituir borrachas dos apoios - 12);
- Trampolim de madeira (substituir borrachas interiores - 2);
- 2 Colchões de recepção - um de 3x2x0,3m e um de 3x2x0,10m (coser capa)
- 6 Tapetes 2mX1,2m (substituir capas);
- 2 Boques (aparafusar cabeça e confirmar estado pernas devido ao caruncho);
- 4 Bancos suecos (aparafusar e arranjar bases/topo);
- Cavalo com arções (recuperar apoio do ajuste da altura);
- Escada de corda (substituir);
- Paralelas (apertar estrutura, substituir parafusos do sistema de regulação em altura);
- Carro transporte de tapetes (substituir rodas)

Os aparelhos que são necessários para o bom funcionamento das actividades neste espaço, são apresentados por partes, considerando a possibilidade de serem adquiridos em diferentes momentos. Temos em consideração também o facto de parte dos aparelhos existirem, mas com um elevado grau de desgaste e desactualização que implica a sua substituição.

#### **Equipamento a adquirir prioritariamente:**

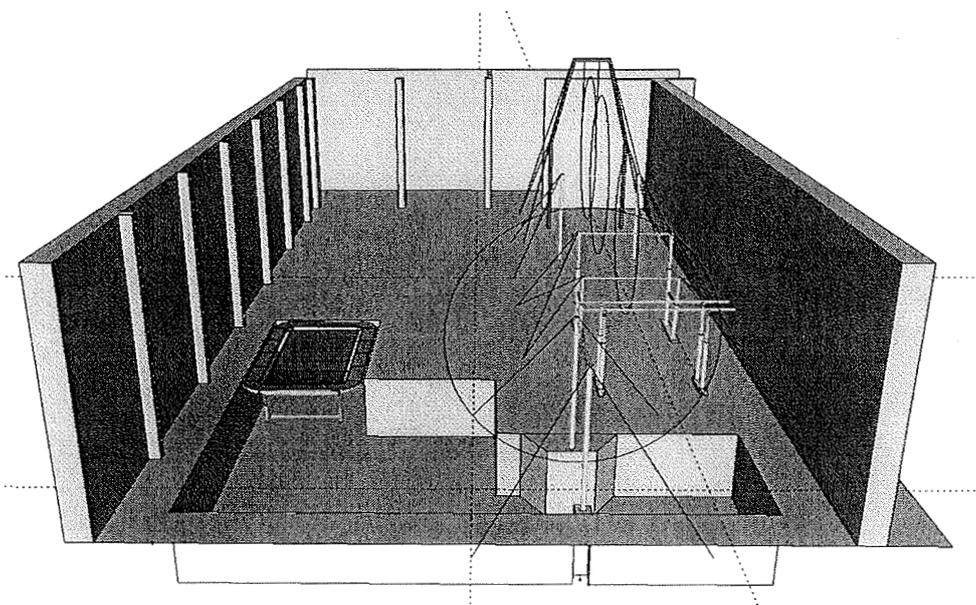
- Colchões Paralelas Assimétricas, Argolas e Barra
- Colchões Paralelas
- 2 Blocos de ajuda 60X60X120
- 4 rolos praticável 12X2m, 35mm
- 2 Plataforma ajuda no fosso barra e argolas
- 1 Barra ajustável
- Paralelas
- 3 Protecções dos banzos
- Rodas para trave
- 1 colchão de recepção para o trampolim (125X175X14cm)
- 1 trampolins de madeira
- 1 Plinto esponja grande (160X100cm)
- 16 Protecções para cabos

#### **Material que pode ser adquirido numa segunda fase:**

- 1 colchão de recepção para o trampolim (125X175X14cm)
- 1 Lona trampolim Eurotramp master (366X183cm com 13mm)
- 100 molas trampolim
- 2 banquetes para trampolim continental
- Paralelas assimétricas
- Plataforma de ajuda paralelas
- Argolas de tecto
- Protecção da barra
- Protecção para trave (2,5m com 15mm)
- Extensão para trave
- Colchões para a trave
- 1 rolo praticável 12X2m, 35mm
- 2 rolos praticável 6X2m, 35mm
- 1 trampolim de madeira

- 1 cavalo
- 1 plataforma de saltos
- 1 colchão para trampolim de madeira
- 1 cogumelo
- 1 Plinto esponja pequeno (90X60cm)
- 8 mãozotas
- 1 cinto rotativo
- 2 cintos arnês

PROJECTO 3D



Nova disposição em projecto 3D (Software SketchUp)

ACOMPANHAMENTO DA OBRA

Após a adjudicação da obra e da aquisição dos equipamentos, acompanhamos a execução dos trabalhos, de forma a assegurar que era executada de acordo com o projecto e para solução de alguns imprevistos.



Levantamento do soalho, co



construção do novo fence



Finalização do fosso, restauro das paredes, colocação do soalho e tixações apareados



Finalização do soalho e colocação do trampolim no fosso



Montagem dos aparelhos e enchimento do fosso



Arrecadação e sala de apoio na entrada do ginásio



Aspecto final

Este projecto sofreu duas alterações significativas: uma relativamente à sala da entrada, que deveria ter ficado sem a parede ao lado da porta de acesso ao ginásio; e a outra relativamente à arrecadação, que deveria ser no local original, com a porta ao lado da porta de acesso ao ginásio, permitindo uma fácil entrada e saída dos aparelhos amovíveis. Para solucionar a questão da arrecadação foi colocada uma nova porta de acesso e a arrecadação ficou na entrada antes da sala de apoio.

Além do material gímnico que ainda falta adquirir, julgamos que é de realçar o facto de não terem sido colocadas cortinas, que são muito importantes para aulas no início da manhã e no fim da tarde, porque a entrada dos raios solares provoca situações de difícil visibilidade, colocando em risco os executantes e os ajudantes.

Um dos aspectos não previsto, mas que se confirma como fundamental é o sistema de ventilação que deve ser ampliado.

Quanto ao piso é de referir que por problemas de ventilação e/ou por alguma menor qualidade da madeira aplicada, observou-se uma deformação no mesmo, implicando duas intervenções da empresa responsável, deixando marcas (remendos e cortes) que não eram previstas num novo soalho, pelo que o resultado final não é 100% satisfatório.

É de realçar a colaboração do empreiteiro em toda a obra, porque ao longo desta sempre respondeu positivamente a pequenas alterações e acrescentos ao produto solicitado.

Não podemos esquecer as necessidades de manutenção, que são constantes num espaço como este, que não são possíveis de executar pelos serviços disponíveis na FMH, sendo para tal necessária uma solução prática e de rápida capacidade de intervenção.

## Resumo das Intervenções e aquisições

Empresa	Instalações	ref.	Quantidade	Valor	Preço	IVA	Total	
AFF	Paredes							
AFF	Piso, Fosso							
AFF	Fixações aparelhos							
Não adjudicado	Paredes para arrecadação							
Não adjudicado	Demolir parede na entrada							
AFF	Porta nova na entrada com mola							
Não adjudicado	Cortinas nas janelas							
Empresa	Material Sala Aula	ref.	Quantidade	Valor	Preço	IVA	Total	
	Quadro branco							
	Tela de projecção							
Não adjudicado	Montagem Vídeo projector							
Não adjudicado	25 cadeiras empilháveis							
Empresa	Material Ginástica	ref.	Quantidade	Valor	Preço	IVA	Total	
Fab. Corpo	Set colchões Assimétricas, Barra e Argolas 13,5x2x0,2	14-1002-plst	1	3314	3314	655,94	4009,94	
1ª tranche	Protecção de Banzos	60-4000	3	49	147	30,87	177,87	
	Rodas para trave olimpica	40-0200	1	95	95	19,95	114,95	
	Par Maozotas	fc	4	45	180	37,8	217,8	
	Alargador de trave	60-3010b	1	165	165	34,65	199,65	
	Protecção Trave Olimpica	40-3016	1	80	80	16,8	96,8	
	Trampolim Tipo Reuther	41-1000b	1	454	454	95,34	549,34	
	Colchão de recepção Trampolim 175x125x14	fc	1	176	176	36,96	212,96	
	Cintos de ajuda	fc	2	175	350	73,5	423,5	
	sub-Total				4961	1041,81	6002,81	
Gymnos	Rolo Flexiroll 12x2m, 40mm azul royal	Spieth 3166	2	1.076	2152	451,92	2603,92	
1ª tranche	Rolo Flexiroll 14x2m, 40mm azul royal	Spieth 3167	2	1.212	2424	509,04	2933,04	
	Colchão para Trampolim "Spotting" 170x110x10cm	Gymnova 5190	1	267	267	56,07	323,07	
	sub-Total				4843	1017,03	5860,03	
Gymnos	Paralelas Simétricas, incluído carro de transporte	Gymnova 3921	1	2.631,0	2631	552,51	3183,51	
2ª tranche	Barra-fixa ajustável em altura entre 95cm e 2,75m	Gymnova 3120	1	995,5	995,5	209,055	1204,555	
	Trampolim Reuther "Budapest"	Spieth 350	1	450,0	450	94,5	544,5	
	Cinto rotativo médio (cintura entre 61 e 81 cm)	Gymnova 2790	1	789,0	789	165,69	954,69	
	Colchão para Trampolim "Spotting" 170x110x10cm	Gymnova 5190	1	133,5	133,5	28,035	161,535	
	sub-Total				4999	1049,79	6048,79	
Empresa	Material Ginástica	ref.	Quantidade	Valor	Preço	IVA	Total	Parcial
AFF	Plinto de espuma grande		1	790	790	165,9	955,9	
AFF	Plataforma de ajudas fosso		1	753	753	158,13	911,13	
Não adjudicado	Set colchões para paralelas		1	3314	3314	695,94	4009,94	
AFF	Plinto espuma pequeno		1	700	700	147	847	
AFF	Bloco Ajuda 100x60x60		2	220	440	92,4	532,4	
Não adjudicado	Set colchões para trave 7x2x0,2		1	2227	2227	467,67	2694,67	
AFF	Caixa de magnésio		1	195	195	40,95	235,95	
Não adjudicado	Cogumelo		1	450	450	94,5	544,5	
AFF	Plataforma de ajudas paralelas assimétricas		1	756	756	158,76	914,76	
Não adjudicado	Plataforma de ajuda paralelas		1	707	707	148,47	855,47	
Não adjudicado	Protecção de cabos		8	49	392	82,32	474,32	
	sub-Total				3634	763,14	4397,14	7090
	<b>TOTAL</b>				18437	3871,77	22308,77	
Não adjudicado	Protecção trampolim Reuther		1	210	210	44,1	254,1	
Não adjudicado	Banquetes Trampolim Continental		2	900	1800	378	2178	
Não adjudicado	Lona de Trampolim 366x183x4		1	1200	1200	252	1452	
Não adjudicado	Molas trampolim		100	3,8	380	79,8	459,8	
Não adjudicado	Plataforma de Saltos		1	2264	2264	475,44	2739,44	5854
	<b>TOTAL NÃO ADJUDICADO</b>							12944

Conclui-se que foram gastos 22308,77 euros em equipamentos, sem contar com gastos nas instalações, faltando ainda adquirir algum material que perfaz o valor de 12944 euros, mais IVA, relativamente ao projecto inicial. No entanto com o constante desgaste e com alguma alteração nos materiais disponíveis, prevê-se um valor ligeiramente superior.

Ficou a FMH com um ginásio com condições óptimas, para a prática das actividades gímnicas, sendo das poucas instituições em Portugal com capacidade de as rentabilizar com utilizações externas.

## VERÃO NA TÉCNICA

Está a Universidade Técnica de Lisboa (UTL), através da Reitoria, a organizar o Verão na Técnica, que consiste numa semana de actividades, ajudando os alunos do secundário (10º e 11º anos) na sua escolha vocacional e com o intuito de os atrair para uma das faculdades da UTL.

Vão participar além da FMH, o ISEG, o IST, a FA, o ISA, a FV e o ISCSP. Nós vamos ter 40 vagas para a 1ª semana de 2 a 6 de Julho. Os participantes são divididos em 2 grupos de 20 alunos para as actividades desportivas. A parte administrativa é da responsabilidade da Reitoria.

O título da semana na FMH é **À DESCOBERTA DO MOVIMENTO HUMANO**, que é abordado nas vertentes: Superação (Desporto), Saúde (Exercício e Saúde), Escolar (Educação Física), Artística (Dança), Terapêutica (Reabilitação Psico Motora), Laboral (Ergonomia) e Organizacional (Gestão do Desporto).

Em anexo envio o programa onde são propostas as diferentes actividades, incluindo a prática desportiva, a apresentação de alguns laboratórios e de actividades relacionadas com as diferentes saídas profissionais. Por existir um calendário controlado pela reitoria onde os prazos são muito curtos, vamos avançar com esta proposta, onde alguns reajustamentos podem ser feitos.

Todas as actividades devem ser atractivas, não esquecendo que devem promover a FMH, os nossos cursos e atrair os estudantes, de forma que aqui se inscrevam no futuro.

Nas actividades desportivas pretende-se proporcionar alguma prática mas também demonstrar a diferença entre o saber fazer, o saber ensinar e o rendimento.

Nos laboratórios pretende-se apresentar possíveis investigações, de uma forma muito semelhante à que é utilizada nas Rotas da Matemática, mas de preferência com propostas diferentes e adaptadas a este novo objectivo.

Nas actividades desenvolvidas à tarde pretende-se que sejam dinamizadas situações esclarecedoras das diferentes saídas profissionais, sem serem apresentações formais dos cursos, que tendem a ser monótonas e pouco atractivas.

Todas as actividades têm um docente nomeado, mas podem ser alterados em função das vossas propostas e disponibilidades.

## Horário das actividades

	2ª feira / 2 Jul	3ª feira / 3 Jul	4ª feira / 4 Jul	5ª feira / 5 Jul	6ª feira / 6 Jul
9.00-9.45	Recepção	Fitness	Voleibol	D. Individuais	D. Combate
9.45-10.30	Abertura	Ginásio B	LORD	Ginásio B	Ginásio C
10.30-10.45	Lanche	Lanche	Lanche	Lanche	Lanche
10.45-11.30	D. Deslize	Ardebol	Marcos Onofre Anf 2	D. Raqueta	Filipe Melo Anf 2
11.30-12.15	LORD	LORD	Isabel Fragoso Anf 2	LORD	P. Mil-Homens Anf 2
12.15-13.45	Almoço	Almoço	Almoço	Almoço	Almoço
13.45-14.30	Duarte Araújo LORD	Tu ES	Dança na Universidade	Escalada	À conversa com...
14.30-15.15	António Paulo Anf 2	Anf 2	Ginásio B	LORD	
15.15-16.00	Geração RPM	Gestao do Desporto	Ergonomia	Orientação	D. Adaptado
16.00-16.45	Ginásio B	Anf 2	Anf 2	FMH	LORD
16.45-17.00	Lanche	Lanche	Lanche	Lanche	Lanche
17.00-17.30					Encerramento Entrega Diplomas



## MISSÃO X TREINAR COMO UM ASTRONAUTA

A Missão X foi lançada, em Portugal, dia 2 de Fevereiro de 2012, no Pavilhão do Conhecimento Ciência Viva, em Lisboa, com a colaboração da Faculdade de Motricidade Humana, na organização do programa, na apresentação das **actividades físicas** e na conferência “**Mitos e verdades, afinal somos o que comemos?**” sobre alimentação saudável e a prática da actividade física.

A Missão X é um projecto da **NASA** e da **ESA** (European Space Agency) para estudantes de todo o mundo, que vão realizar actividades físicas, semelhantes às praticadas pelos astronautas, durante a sua preparação para as viagens espaciais. Estas actividades foram criadas pela NASA e pela ESA, com a colaboração de cientistas e preparadores físicos que trabalham directamente com astronautas.

Este projecto que tem a duração de **6 semanas**, é uma competição de ciência e desporto que estimula e educa os jovens para uma alimentação saudável e para a prática da educação física.

Em Portugal, a Missão X foi lançada na passada quinta-feira, no Pavilhão do Conhecimento Ciência Viva, em Lisboa, com uma **videoconferência** a partir da **Estação Espacial Internacional**, com o astronauta André Kuipers.



André Kuipers em directo da Estação Espacial

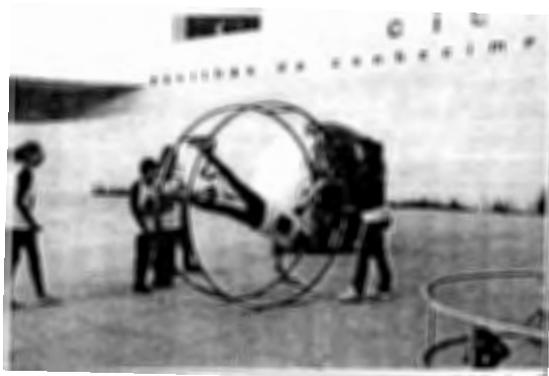
A Faculdade de Motricidade Humana (FMH), com a coordenação do prof. Miguel Moreira colaborou com o Pavilhão do Conhecimento Ciência Viva na organização do programa e na apresentação das **actividades físicas**, onde alguns dos exercícios são idênticos aos desenvolvidos nas 6 semanas do projecto.

O painel de debate “**Mitos e verdades, afinal somos o que comemos?**” sobre alimentação saudável e a prática da actividade física, foi moderado pelo Gonçalo Ferreira (jornalista da SIC), com a participação do João Garcia (alpinista), da Maria Abecassis (campeã nacional de surf), do Manuel Paiva (Investigador responsável por vários estudos científicos em Missões espaciais da NASA e ESA) e dos professores Pedro Teixeira e Filipe Melo (FMH).



Os participantes no debate “Mitos e verdades, afinal somos o que comemos?”

Para as actividades físicas, no exterior e no átrio do Pavilhão do Conhecimento, os alunos das escolas participantes foram acompanhados nas diferentes actividades por alunos da FMH (Axel Bellino, Bruno Alves, Diana Coelho, Joana Barreto, Margarida Pestana, Paulo Dias, Paulo Sérgio, Ruben Gomes, Rui Santos e Sara Primo).



As actividades físicas no exterior



As actividades físicas no átrio

Horário das actividades

Sub-grupo	Grupo A								Grupo B								
	A2 (20 alunos)				A2 (20 alunos)				B2 (20 alunos)				B2 (20 alunos)				
Exp. / Loc.	Letras	Área	W. 1	W. 2	W. 3	W. 4	W. 5	W. 6	W. 7	W. 8	W. 9	W. 10	W. 11	W. 12	W. 13	W. 14	W. 15
Atividade	W. 1	W. 2	W. 3	W. 4	W. 5	W. 6	W. 7	W. 8	W. 9	W. 10	W. 11	W. 12	W. 13	W. 14	W. 15	W. 16	W. 17
08:30 - 09:00	Recepção																
09:00 - 09:50	Panel 1 (Auditório)								A. Física (Exterior)				A. Física (Átrio)				
09:50 - 10:55	Recepção																
10:55 - 11:45	A. Física (Exterior)				A. Física (Átrio)				Panel 2 (Auditório)								
11:45 - 12:15	Intervalo / Recepção																
12:15 - 12:45	Atividade Física								A. Física (Átrio)				A. Física (Exterior)				
12:45 - 13:45	Almoço livre																
13:45 - 15:00	Atividade Física (Auditório)																
15:00 - 15:30	Intervalo / Recepção																
15:30 - 16:00	A. Física (Átrio)				A. Física (Exterior)				Atividade Física (Auditório)								
16:00 - 17:00	Lanche																

# Relatório quinquenal



maria joao fernandes do nascimento alves, *professor auxiliar*

10 de julho de 2012

Relatório descritivo das atividades realizadas nas vertentes Pedagógica, Científica, Transferência de Conhecimento e Gestão Universitária desenvolvidas de 11 de Outubro de 2007 a 10 de Julho 2012, para efeitos de contrato de trabalho em funções públicas por tempo indeterminado, de acordo com o n.º 2º do despacho n.º 23369/2009, publicado no D.R., 2.ª Série – N.º 206, de 26 de Outubro.



# Índice

1.	Identificação	4
2.	Estrutura do relatório	6
3.	Atividade pedagógica	7
3.1.	Unidades Curriculares	7
3.1.1.	Unidades curriculares de 1º ciclo	8
3.1.2.	Unidades curriculares de 2º ciclo	17
3.1.3.	Unidades curriculares de Pós-graduação	19
3.1.4.	Síntese da distribuição das unidades curriculares por ano letivo	20
3.2.	Módulo de Formação em Ações de formação acreditadas	23
3.3.	Resultados dos Inquéritos Pedagógicos	25
3.4.	Conteúdos Pedagógicos	27
3.4.1.	Textos pedagógicos que versem os conteúdos lecionados nas unidades curriculares	27
3.4.2.	Produção de Material Pedagógico em Cursos de Pós Graduação e Ações Acreditadas / Módulos de Formação	28
3.5.	Acompanhamento e Orientação de estudantes	31
4.	Atividade científica	33
4.1.	Linhas de Investigação	33
4.2.	Publicações	34
4.2.1.	Edição nacional de livro científico com sistema de revisão por pares	34
4.2.2.	Artigo publicado em revista com sistema de arbitragem	34

4.2.3. Artigo em ata de conferência internacional	35
4.3. Membro de Comissão Científica de Congresso	36
4.4. Projetos Científicos	36
4.4.1. Membro de Unidade I&D abrangida pelo Programa de Financiamento Plurianual da FCT	36
4.4.2. Participante em Projecto de I&D ou de parceria nacional ou internacional	37
4.4.2.1. Projeto de âmbito nacional	37
4.4.2.2. Projeto de âmbito internacional	39
4.4.3. Equipas de Investigação	41
5. Atividades de transferência de conhecimento	43
5.1. Conferencista convidado em Congresso Nacional com Conselho Científico	43
5.2. Apresentação Oral em Conferência Internacional	43
5.3. Realização de workshop em conferências internacionais	44
5.4. Coordenação e ou participação em iniciativas de divulgação e promoção artística, científica e tecnológica	45
5.5. Coordenação de cursos de especialização artística e tecnológica	48
5.6. Participação em Congressos	49
5.7. Participação em cursos de especialização artística e tecnológica	50
5.8. Formador em Curso Profissional/Protocolo com Universidade	52
5.1. Organização/coordenação de seminários/conferências	52
5.1. Coordenação de Programa Intervenção na Comunidade	52
5.2. Criação ou participação em projetos de criação de obra coreográfica ou performativa com apresentação pública	54
6. Atividades de gestão universitária	58
6.1. Unidades e Coordenação de Cursos	58



6.1.1. Coordenador de Curso de 1º, 2º ou 3º Ciclos 58

---

6.1.2. Coordenador de Ano 59

---

6.2. Outros Cargos 59

---

6.2.1. Membro de Júri de Prova de Doutoramento 60

---

6.2.2. Membro de Júri de Prova de Mestrado 61

## 1. Identificação

### Nome

Maria João Fernandes do Nascimento Alves

### Data de nascimento

13 Agosto 1967

### Número de identificação civil

7825898

### E-mail

mjalves@fmh.utl.pt

### Morada

Rua Pedro Nunes, 3 – 4º D

2780-143 Oeiras

### Situação profissional

Professora Auxiliar na Faculdade de Motricidade Humana, Universidade Técnica de Lisboa

### Filiação

João Neto do Nascimento Alves

Maria Clarinda Pereira Fernandes do Nascimento Alves

### Graus académicos

2007 - Doutoramento em Motricidade Humana – na especialidade de Dança, pela FMH da Universidade Técnica de Lisboa.

1997 - Mestrado em Performance Artística, pela FMH da Universidade Técnica de Lisboa.

1995 - Licenciatura em Dança, pela FMH da Universidade Técnica de Lisboa.

## **Formação Profissional Complementar**

2009 - Formadora acreditada pelo Conselho Científico - Pedagógico da Formação Contínua nas áreas e domínios: A21- Educação Física, A31- Expressões (Físico Motora/ Música/ Dramática / Plástica/ Dança), C05 - Didáticas Específicas (Dança) e C18 – Práticas do Desporto Escolar, com o registo CCPFC/RFO-25411/09.

## **Domínio de especialização**

Motricidade Humana na especialidade de Dança

## **Departamento**

Departamento de Educação, Ciências Sociais e Humanidades

## **Áreas de interesse/linhas de investigação**

- Ensino-aprendizagem de dança
- Estudos culturais sobre o corpo e a dança
- Dança e Novas Tecnologias, especificamente o contributo pedagógico-artístico das tecnologias digitais nos contextos de dança: ensino e espetáculo.

## **Grupos de Investigação**

- Investigadora colaboradora do Grupo de Investigação Etnocoreologia e Estudos Culturais em Dança INET-MD/ Pólo FMH (coordenação Prof. Doutor Daniel Tércio).

O INET/MD, Instituto de Etnocoreologia – Centro de estudos em música e dança é uma unidade de investigação multidisciplinar e polinucleada com polos na Faculdade de Motricidade Humana - Universidade Técnica de Lisboa, Faculdade de Ciências Sociais e Humanas - Universidade Nova de Lisboa e Departamento de Comunicação e Arte - Universidade de Aveiro, com sede no Instituto de Etnomusicologia da FCSH – UNL e coordenada pela Prof.<sup>a</sup> Doutora Salwa El-Shawan Castelo-Branco. Avaliação: muito bom.

- Investigadora integrada do Centro de Estudos em Artes Performativas CEAP (coordenação Prof. Doutor Daniel Tércio).

O CEAP, Centro de Estudos em Artes Performativas, apresenta linhas de investigação ao nível dos estudos culturais sobre o corpo e a dança, do ensino da dança, das estéticas performativas e dança e novas tecnologias. Pertence ao Departamento de Educação, Ciências Sociais e Humanidades/ DECSH da FMH e integra-se na área disciplinar dos Estudos Culturais das Atividades Físicas e do Desporto (coordenação da área disciplinar: Prof. Doutora Ana Macara).

## 2. Estrutura do relatório

Este relatório, elaborado com vista à transição para o regime de contratação por tempo indeterminado como Professor Auxiliar, apresenta como objectivo primordial expor as atividades desenvolvidas nas vertentes de Ensino, Investigação, Extensão Comunitária e Gestão Universitária no período compreendido entre 2008 e 2012. A sua estrutura apresenta a seguinte ordenação: Actividade Pedagógica, Actividade Científica, Actividades de Transferência de Conhecimento e Actividades de Gestão Universitária.

No item da atividade pedagógica procede-se ao enquadramento da participação enquanto regente e docente, na formação quer ao nível da licenciatura em dança, quer ao nível do mestrado em performance artística - dança, atualmente designados por 1º e 2º ciclo de estudos.

No item referente à vertente científica, caracteriza-se as linhas de investigação sob as quais se tem vindo a desenvolver atividade científica, enquadra-se a produção de publicações, a divulgação da investigação realizada em eventos científicos e outros, e as orientações em desenvolvimento. Refere-se também à participação e à colaboração em júris de teses de mestrado e doutoramento.

No item pertencente à vertente transferência do conhecimento serão abordadas e caracterizadas as questões relativas às atividades de extensão universitária no âmbito da formação profissional e de divulgação, como as iniciativas de divulgação artística, científica e tecnológica e os serviços às comunidades artística e científica e à sociedade.

Finalmente serão reportadas as atividades próprias à Gestão Universitária, com a enumeração dos cargos assumidos, assim como a referência à participação em provas académicas.

### **3. Atividade pedagógica**

O presente relatório refere-se à atividade desenvolvida nos últimos 5 anos correspondendo o início do quinquénio precisamente à adaptação da licenciatura de dança de convergência dos sistemas de ensino superior, processo de Bolonha. Assim, o ano letivo de 2007/2008 implicou bastantes adaptações curriculares, ao nível das unidades curriculares que lecionava, tendo assumido a regência de algumas disciplinas e tendo criado de raiz uma nova unidade curricular, como foi o caso de Oficina de Dança II. Saliento que o processo de adequação a Bolonha implicou alterações no âmbito da estrutura, conteúdos programáticos das unidades curriculares, entre outros, tendo participado ativamente em todo o processo, inclusive na elaboração dos programas novos, planificação das aulas e conteúdos, operacionalização dos procedimentos, etc.

Nestes últimos 5 anos pedagogicamente fui responsável pela lecionação e regência de unidades curriculares do 1ºciclo, Licenciatura em Dança, do 2ºciclo - Mestrado em Performance Artística - Dança, e da Pós-Graduação de Dança em contextos educativos da Faculdade de Motricidade Humana.

Os 3 cursos referidos angariam conhecimento em diferentes áreas disciplinares da FMH, sendo que leciono unidades curriculares nas seguintes: PCM - Psicologia e Comportamento Motor; SEG - Sociologia, Estudos Culturais e Gestão das Atividades Físicas e do Desporto; e PMI - Pedagogia e metodologias de intervenção nas atividades motoras.

#### **3.1. Unidades Curriculares**

De seguida serão descritas e caracterizadas as diversas unidades curriculares onde decorreu a minha atuação de regência, lecionação, avaliação e atendimento aos alunos,

tendo optado por uma organização temporal das mesmas apresentada no item 3.1.4. síntese da distribuição das unidades curriculares.

De modo resumido, a minha participação no 1º e 2º ciclos caracteriza-se por incluir a lecionação de 7 unidades curriculares e a regência e lecionação de 3 unidades curriculares. A distribuição de serviço no presente ano foi de 9,40h.

### 3.1.1. Unidades curriculares de 1º ciclo

Das disciplinas lecionadas na Licenciatura em Dança, na qualidade de Professora Auxiliar e no quinquénio em análise destaca-se:

**Práticas de Intervenção em Dança (Dança Teatral Ocidental: Dança moderna) | 2010-2011 a 2011-2012**  
**Didáticas da Dança | 2007-2008 a 2009-2010**

A unidade curricular "Práticas de Intervenção em Dança", com 5.5 ECTS, lecionada no 3º ano da licenciatura em Dança, é constituída presentemente por 2 blocos de conteúdos: Didática da Dança Teatral e Didática da Dança Educativa. No entanto, após a adaptação ao processo de Bolonha (ainda denominada didáticas da dança) e até ao ano letivo de 2010-2011 era constituída por 3 blocos: Didática da Dança Teatral, Didática da Dança Educativa, e Didática da Dança Tradicional e Social. Apesar da evolução ao nível da sua denominação aquando da associação às áreas disciplinares da FMH, esta unidade curricular sempre incidiu na aquisição, interpretação e fundamentação teórica e prática de diferentes estratégias de ensinar a aprender formas de dança, em diferentes contextos educativos e dimensões da dança. No estudo, análise e crítica de didáticas específicas da dança e, nomeadamente a nível da dança moderna, contemporânea e da dança Educativa. Regência: Professora Elisabete Monteiro.

Presentemente, o meu contributo centra-se na lecionação do bloco – Didática da Dança Teatral/Dança Moderna, referenciando-se na aplicação da terminologia

específica, assim como na definição de diferentes técnicas de intervenção pedagógica no âmbito da dança teatral, com especial ênfase quanto à relação objetivos - progressões dos conteúdos.

#### Metodologia do Ensino da Dança 2011/2012

Unidade curricular do 3º ano da licenciatura em dança, com 5 ECTS, cujo âmbito incide na aquisição, interpretação, fundamentação e aplicação teórica e prática de diferentes métodos e estratégias para implementar e desenvolver a intervenção educativa da Dança em diferentes contextos educativos e de acordo com diferentes populações alvo. De natureza clínica e aplicada, trata os conteúdos recebidos e trabalhados ao longo do curso na perspetiva do planeamento, execução, controlo e avaliação do exercício laboratorial de prática pedagógica - a planificação pedagógica, o plano de aula, os métodos, as estratégias, os conteúdos, as atividades, os relatórios das sessões. O modelo de aprendizagem por objetivos e por projeto da dança e do movimento expressivo. Formação de formadores de Dança, com atividade profissional em contextos educativos - autarquias, estúdios, escolas privadas e públicas, companhias, associações. Laboratório de relação e aplicação dos conhecimentos adquiridos durante o curso, no domínio da Dança, das Ciências da Motricidade e das Ciências da Educação, direcionados para o ensino e a aprendizagem da dança. Regência: Professora Margarida Moura.

#### Oficina da Dança II (Improvisação e Composição Colaborativa) 2007/2008 a 2011/2012

Unidade curricular da qual sou regente desde a sua criação aquando da reforma curricular de Bolonha, que é lecionada no 3º ano da licenciatura em Dança e conta com 4.5 ECTS. O seu âmbito centra-se no domínio de formas de criação coreográfica, com base em diferentes métodos de composição, e de acordo com diferentes géneros e estilos coreográficos, no desenvolvimento de projetos coletivos, compondo fragmentos coreográficos a partir de diferentes tipos de estímulos ou temáticas, e na

observação, apreciação e análise crítica de situações de performance coreográfica. Como conteúdos programáticos visamos o estudo dos conceitos e princípios de movimento inerentes à dança pós-moderna e contemporânea; a aplicação de elementos fundamentais e de aprofundamento de técnicas de improvisação e composição; a exploração de técnicas de criação desenvolvidas segundo um conceito de interdisciplinaridade; a experimentação de uma grande variedade de modos de expressão, através da colocação de grande número de habilidades ligadas às aprendizagens disciplinares que adquiriram ao longo do curso e da vida, de modo a desenvolver experiências de criação, produção de objetos ou de espetáculo; a criação ou adaptação de sequências dançadas, de curta, média e longa duração, num projeto coreográfico de turma; a realização de um trabalho final de composição segundo uma abordagem por projeto, idealizado pelo grupo/turma, desenhado para ser apresentado num espaço “alternativo”. A unidade curricular contou até ao ano letivo transato com a colaboração da docente Jocelyne Delimbeuf e a partir do presente ano com a colaboração da docente Rita Rato.

#### Técnicas de Dança Teatral I (Fundamentos do Corpo) 2007-2008 e 2009-2010

Unidade curricular do 1º ano da licenciatura em dança, com 5 ECTS, constituída por 2 blocos: de Dança Moderna/Contemporânea e de Fundamentos do Corpo. Regência: Professora Elisabete Monteiro.

Responsável pela lecionação do módulo de Fundamento dos Corpo no ano letivo de 2007/2008 por motivo de reorganização da distribuição de serviço e no ano letivo de 2009/2010 por motivo de doença de colega da unidade orgânica. O âmbito deste módulo, implicou essencialmente um trabalho de consciencialização, alinhamento e postura, com recurso, por isso, essencialmente à utilização do solo e do centro. De forma mais específica poder-se-ia dizer que se pretendeu munir os estudantes com o conhecimento considerado básico das formas de dança em presença e que, neste primeiro semestre do 1º ano da Licenciatura – em que decorreu a unidade curricular. Pretendeu constituir, de forma genérica, uma abordagem inicial ao estudo teórico e

prático/vivencial dos fundamentos, conceitos relevantes e do vocabulário estético-motor de alguns dos elementos inerentes às técnicas teatrais em presença, assim como dos fundamentos como pré-requisito a uma adequada realização dos mesmos, em termos de esquema corporal, alinhamento, concentração e memorização.

De forma específica os 'Fundamentos do Corpo' visaram o estudo e aplicação de conceitos básicos relativos às técnicas de Dança Teatral: O alinhamento corporal e a colocação postural estática e dinâmica, o *pull up*, e o *en dehors*, bem como o controle da respiração. De destacar, ainda, os exercícios de alongamento para os diversos grupos musculares com especial incidência nos membros inferiores e no tronco; os exercícios de força e flexibilidade para a coluna dorsal e lombar, e o trabalho da musculatura abdominal.

#### Técnica de Dança Teatral II (Dança Teatral Ocidental: Dança clássica) 2007-2008 a 2010-2012

Unidade curricular do 1º ano da licenciatura em dança, com 6 ECTS, constituída por 2 blocos: de Dança Clássica e de Dança Moderna/Contemporânea. Regência: Professora Elisabete Monteiro. Excepcionalmente, no ano letivo 2008/2009, assumi esta regência por motivo de estar em licença de maternidade no 1º semestre. Presentemente, sou responsável pela lecionação do bloco de Dança Clássica, cujo âmbito se centra na análise e no estudo do vocabulário motor característico do repertório tradicional da dança clássica. Destaca-se a prática de modelação de passos padronizados organizados em exercícios simples com repetições e encadeados em sequências dançadas de complexidade crescente. Visa também o treino de competências em situações de aprendizagem por observação segundo os princípios do movimento do sistema académico-clássico. Como objetivos específicos, foram definidos e passo a explicitar: 1. identifica a terminologia dos passos padronizados de dança clássica; 2. executa o vocabulário básico de dança clássica com correção (demonstra capacidades coordenativas, ajustamentos posturais adequados, amplitude espacial, movimentação isolada e coordenada dos segmentos corporais e sincronização com a estrutura rítmica); 3. reproduz passos padronizados de dança

clássica após demonstração e/ou descrição dos mesmos; 4. coopera com os colegas nas tarefas de grupo (ensino-aprendizagem a pares); 5. interage com a docente e/ou colegas participando ativamente nas tarefas.

### Técnicas de Dança Teatral III (Dança Teatral Ocidental: Dança Moderna 2007-2008, e 2009-2010 a 2010-2011)

Unidade curricular do 2º ano da licenciatura em dança, com 6.5 ECTS, constituída por 2 blocos: de Dança Clássica e de Dança Moderna/Contemporânea.

Excecionalmente, no ano letivo 2008/2009, a professora Elisabete Monteiro, assumiu a regência e lecionação do bloco de dança moderna pelo facto de estar em licença de maternidade no 1º semestre. Sob minha regência desde 2007/2008 incide na análise e estudo do vocabulário motor característico das formas de dança moderna e dança clássica, na prática de modelação de passos padronizados organizados em exercícios simples, com repetições e encadeados, em sequências dançadas de complexidade crescente, e no treino de competências de observação, em situações de aprendizagem recíproca, concordantes com os princípios e qualidade do movimento dançado. Como objetivos de aprendizagem pretende-se que os alunos sejam capazes de: dominar os fundamentos das técnicas de dança teatral; executar o vocabulário básico das técnicas de dança teatral abordadas, com correção a nível dos vetores corporais e dinâmicos; reproduzir com fluência e precisão, mediante demonstração, sequências dançadas em contexto técnico; identificar, caracterizar e descrever os *skills* motores específicos às técnicas de dança teatral abordadas; cooperar com os colegas nas tarefas de grupo; interagir com os docente e/ou colegas participando ativamente nas tarefas; e avaliar o seu desempenho técnico e o dos outros, e a sua participação em grupo. Os conteúdos programáticos abordam aos conceitos e princípios de movimento inerentes às técnicas de dança teatral: A rotação externa dos membros inferiores / *en dehors*. O alinhamento corporal segundo os eixos referência. A colocação postural dinâmica/ *stance*. A distribuição e transferência do peso sobre os apoios. O afastamento por oposição/ *counterpull*. A quadratura/ *squareness*. O alongamento do tronco/ *pull-up*. A linha central vertical/ *aplomb*. A compensação do

tronco/ *counterbalance*. Os padrões rítmicos regulares e irregulares. A dinâmica de movimento. A coordenação intersegmentar. O ensino-aprendizagem de sequências dançadas, de longa duração, construídas a partir de material vídeo e/ou criado pelo docente.

O bloco de dança moderna, lecionado por mim nos anos letivos 2007-2008, e 2009-2010 a 2010-2011 aborda os conteúdos-base da dança moderna segundo o estilo de Merce Cunningham e José Limón: posturas e equilíbrios (*attitude*, *arabesque* e *retiré*, em paralelo ou en dehors, com ou sem fondu), gestos do tronco (flexão/extensão/rotação da coluna vertebral através de movimentos isolados ou em torção, *back arch*, *body bends*, *body rolls*, *circles*, *drop/lift*, *over curve*, *pitch*, *stretches*, *swings*, *tilt*, *twist*), gestos e passos padronizados dos membros inferiores (*ankle beats*, *bounces*, *leg extensions*, flexão/extensão dos pés, *foot brushes*, *leg and hip stretches*, *leg circles*, *leg hinges*, *leg swings*, *step into lunges*, *pliés*, *retirés*, *rises*, *rocks*, *toe pushes*, *weight transfers*), gestos dos membros superiores (movimentos de flexão/extensão, *arm and shoulder circles*, *arm swings*), gestos da cabeça (*bend/stretch*, *head swings*, *head circles*, voltas (*piqué turns*, *pivots*), saltos (*assemblés*, *coupé*, *hops*, *jumps*, *leaps*, *sissones*, *skip*), deslocamentos (*drag run*, *gallop*, *triplet run*, *slide*, *step hop*, *triplet walk*).

O bloco de dança clássica, também lecionado por mim no ano letivo 2009-2010, por ajustamento da distribuição de serviço por motivos de doença de colega de departamento, aborda os seguintes conteúdos: a vivência de elementos fundamentais e de aprofundamento das técnicas de dança teatral; os conteúdos base do sistema académico-clássico: Posturas e equilíbrios (*attitude*, *arabesque* e *retiré*), Pliés (*Demi-plié* e *Grand Plié*), *Petits Battements* (*Tendus simples*, *Jetés*, *Fondus*, *Soutenus*, en *Cloche*, *Frappés*, *Serrés sur le coup de pied*), *Rond de jambe* (*à terre*, *Grand RJ en l'air*, *Petits RJ en l'air*), *Développés* (em 4ª p. devant, derrière e à la seconde), *Relevés* (*simples*, *Relevé Passé* e associado a outros exercícios), *Grands Battements* (*Jetés*, *Fondus*, *Soutenus*, en *Cloche*), *Assouplissements* (*Penché en avant*, *Penché en arrière* /*cambré*, *Penché sur le côté*, *Jambe sur la barre*); Passos padronizados (*Pas de*

Basque, Pas de Bourrée, Pas Chassé e Pas de Valse, Contretemps, Temps lié), Voltas (Tours Relevés /Pirouettes simples, Tour en attitude, Tour promenade, Tours Piqués, Tour Soutenu, Déboulés /Tours Enchaînés, Tours en L'air), Saltos (Soubresaut, Changement de Pied, Échappé, Assemblés, Sissonne, Petits Jetés, Grand Jetés, Saut de Basque, Temps de Flèche, Pas de Chat, Ballotté, Ballonnés, Cabrioles), Batterie (Entrechats Royal, Entrechat 3, Entrechat 4).

Técnicas de Dança Teatral IV (Dança Teatral Ocidental, Dança Moderna)  
2007-2008 e 2011-2012

Unidade curricular do 2º ano da licenciatura em dança, com 6.5 ECTS, constituída por 3 blocos de Dança: Moderna, Contemporânea 1 e Contemporânea 2. Sou responsável pela lecionação do bloco de dança moderna, especificamente do estilo de Martha Graham. Sob minha regência desde a adaptação ao processo e Bolonha, esta unidade curricular compreende: a análise e estudo do vocabulário motor característico das formas de dança moderna e dança contemporânea; a prática de modelação de passos padronizados organizados em exercícios, com repetições e encadeados, em sequências dançadas de complexidade crescente; a prática de situações de resposta aberta, através de improvisação estruturada, baseada no vocabulário das formas de dança teatrais ocidentais; a prática de sequências de dança adaptadas ao nível de prática do repertório coreográfico de alguns autores de obras coreográficas; e o treino de competências de observação, em situações de aprendizagem recíproca, concordantes com os princípios e qualidade do movimento dançado. Como objetivos de aprendizagem pretende-se que os alunos sejam capazes de: dominar os conteúdos das técnicas de dança teatral abordadas; executar o vocabulário específico das técnicas de dança teatral abordadas, com correção a nível dos vetores corporais, espaciais, temporais e dinâmicos; reproduzir com fluência, precisão e amplitude do movimento, mediante demonstração, sequências dançadas em contexto técnico; caracterizar, descrever e analisar mediante critérios predeterminados os skills motores específicos às técnicas de dança teatral abordadas; cooperar com os colegas nas tarefas de grupo; interagir com os docente e/ou colegas participando ativamente nas tarefas; e avaliar o seu desempenho técnico e o dos outros, e a sua participação em

grupo. Como conteúdos programáticos compreende a aplicação e fundamentação dos conceitos e princípios de movimento inerentes às técnicas de dança teatral: A rotação externa dos membros inferiores/ *en dehors*. O alinhamento corporal segundo os eixos referência. A colocação postural dinâmica/ *stance*. A distribuição e transferência do peso sobre os apoios. O afastamento por oposição / *counterpull*. A quadratura/ *squareness*. O alongamento do tronco/ *pull-up*. A linha central vertical / *aplomb*. A compensação do tronco/ *counterbalance*. Os padrões rítmicos regulares e irregulares. A dinâmica de movimento. A coordenação intersegmentar. O estudo aprofundado do vocabulário específico da dança moderna e contemporânea. A vivência de elementos fundamentais e de aprofundamento da dança moderna e contemporânea: posturas e equilíbrios (*attitude*, *arabesque* e *retiré*, em paralelo ou em *dehors*, com ou sem *fondue*), gestos do tronco (*flexão/ extensão/ rotação* da coluna vertebral através de movimentos isolados ou em torção, *back arch*, *body bends*, *body rolls*, *circles*, *drop/lift*, *over curve*, *pitch*, *stretches*, *swings*, *tilt*, *twist*), gestos dos membros inferiores (*ankle beats*, *bounces*, *leg extensions*, *flexão/ extensão* dos pés, *foot brushes*, *leg and hip stretches*, *leg circles*, *leg hinges*, *leg swings*, *step into lunges*, *pliés*, *retirés*, *rises*, *rocks*, *toe pushes*, *weight transfers*), gestos dos membros superiores (movimentos de *flexão/ extensão*, *arm and shoulder circles*, *arm swings*), gestos da cabeça (*bend/stretch*, *head swings*, *head circles*), voltas (*piqué turns*, *pivots*, em *dedans* e em *dehors*), saltos (*assemblés*, *coupé*, *hops*, *jumps*, *leaps*, *sissones*), deslocamentos (*skips*, *drag run*, *gallop*, *triplet run*, *slide*, *step hop*, *triplet walk*, *Sparkles*) movimentos padronizados como *Contract- release* no solo (nas posições sentadas, em decúbito dorsal, *pretzel* e sobre os joelhos) e em pé (combinado com *rises*, *grand pliés*, *attitudes*, voltas em *dedans* e em *dehors* e saltos); *Espirais* no solo (em posições sentadas, *long leans*, a partir de decúbito dorsal, *pleadings* simples e com volta sobre uma nádega e sobre um joelho) e em pé (*pliés*, *foot brushes*, *passes* *retires*, *enveloppés/ développés*, em voltas sobre o eixo vertical, em *dedans* e em *dehors* em *attitude*); *High Contraction*, *High Release*, *Breathings*, *Prances*, *Torso Bounces*), quedas (em frente, para trás, sobre as diagonais, laterais por *slide* e por projecção lateral da bacia) e recuperação de quedas (utilizando a 4ª Posição, Subida a apoio num joelho, Subida através da posição cruzada – *pretzel* e subida com volta em

dehors em demi-plié) e frases de Movimento (Repertório variado). O ensino-aprendizagem de sequências dançadas, de longa duração, construídas a partir de material vídeo e/ou criado pelo docente.

Técnicas de Danças Sociais I (Danças Internacionais) | 2007-2008 e 2010-2011 a 2011-2012

Técnicas de Danças Sociais II (Danças Internacionais) | 2008-2009 a 2009-2010

Unidade curricular lecionada no 2º ano da licenciatura, com 6 ECTS, e sob regência da Professora Margarida Moura. Sou responsável desde a sua criação pelo bloco de Danças Internacionais.

A unidade curricular assume um carácter eminentemente prático com o objetivo de oferecer e desenvolver um conjunto de formas de dança, capazes de contribuir para uma formação do estudante mais completa, abrangente e multifacetada, pela diversidade de abordagens e multiplicidade de perspetivas desenvolvidas em cada técnica de dança. As técnicas a implementar e desenvolver assumem-se na dimensão social e de relação e potencializam o conhecimento, aplicação e domínio de abordagens multiculturais pela natureza e especificidade dos seus conteúdos. Constitui-se ainda como um lugar de vivência e experimentação de distintos materiais coreográficos e contextuais, específicos das técnicas em análise e conducentes ao “saber – fazer” e ao alargamento e consolidação do repertório técnico-formal e expressivo do estudante. A conceção e aplicação de projetos de composição e criação coletiva completam o quadro de referência da disciplina. A organização por blocos ou temáticas distintas, mas correlacionadas Danças Internacionais (Professora Maria João Alves), Sapateado Americano (Professora Rita Rato), Dança Popular Portuguesa e Danças Sociais (Professora Margarida Moura) permite uma diversidade de abordagens, numa perspetiva que se pretende multidisciplinar e holística das formas de danças sociais e de pares, enquanto património popular, tradicional, comunitário, de carácter criativo, cultural e dinâmico, em constante evolução e transformação.

### 3.1.2. Unidades curriculares de 2º ciclo

Das disciplinas lecionadas no Mestrado em Performance Artística - Dança, na qualidade de Professora Auxiliar e no quinquénio em análise destaca-se:

#### Comportamento do Performer | 2010-2011 a 2011-2012 Análise do Comportamento do Bailarino | 2008-2009 a 2009-2010

Unidade curricular específica ao Mestrado e Performance Artística – Dança, com 6 ECTS, cujo âmbito incide na transmissão de diferentes perspetivas sobre a análise do comportamento do bailarino. Pretende-se que o compreender a prática da dança pelo bailarino ou dançarino como fenómeno vivencial, sociocultural e artístico e conheça a investigação fundamental nesta área específica. Motivação para a prática da Dança. Significado da dança para o bailarino ou praticante de dança. Representações sociais da dança. A autoperceção do bailarino. O bailarino e a expressão em dança. Regente: Professora Ana Macara.

O meu contributo com as aulas teóricas nesta disciplina centra-se na transmissão das perspetivas e conceitos associados à análise do comportamento de dança enquanto conteúdo de transmissão. A motricidade do bailarino e as tarefas de dança. Condições de prática e organização e complexidade dos comportamentos motores em dança. A prática global versus prática analítica. Métodos de transmissão de conhecimento em dança. Lógicas de movimento. Conceções de dança contemporânea. Os diversos estudos sobre controlo postural, autoperceção e perceção de competência. A demonstração em dança e sua associação à imitação e à aprendizagem por observação. A observação visual de modelos e suas implicações. As estratégias de marcação de movimento (*lead-up activities*) e sua relação com a observação. A reprodução motora em dança e os subprocessos de aprendizagem por observação (atenção, retenção, reprodução e motivação). A modelação vs. A aquisição da topologia do movimento. Os tipos de informação (valor critério, valor atual, informação de discrepância e informação de correção) a ser providenciados pelo professor/ensaiador/coreografo. Tipos de modelos de demonstração. Uso de imagens mentais e gráficas na aprendizagem de sequências de dança. Desempenho motor e

representação gráfica do movimento. Estudos sobre a sincronização sensoriomotora com o acompanhamento musical, perceção rítmica, reorientação espacial, consistência dos padrões de movimento, avaliação dos aspetos quantitativos e qualitativos da performance motora e memorização de movimento sequencial. As conceções de Dança Contemporânea relativamente à formação do performer/intérprete.

#### Dança e Novas Tecnologias 2010-2011 e 2011-2012

Unidade curricular específica ao Mestrado e Performance Artística – Dança, com 3 ECTS cujos objetivos destacam o papel das Tecnologias de Informação (TI) nas artes performativas contemporâneas; o desenvolvimento de competências no domínio das ferramentas multimédia em projetos performativos e o desenvolvimento de um projeto criativo negociando e interagindo com outros membros do grupo de trabalho. Linhas programáticas: Vídeo Dança e Dança para o ecrã. Dança e animação de personagens 3D. Experiências com software: *Danceforms* e *Isadora*. Dança e média interativos. Experiências laboratoriais com captura de movimento e registo de movimento. Regente: Professor Daniel Tércio.

O meu contributo com as aulas teórico-práticas nesta unidade centra-se na apresentação dos softwares *Danceforms* e *Isadora* e suas funcionalidades e potencialidades de programação e respetiva interação com o movimento dançado.

#### Trabalho de projeto 2008-2009 a 2009-2010

Investigação, Documentação e Reconstrução 2010-2011 a 2011-2012

Unidade curricular específica ao Mestrado e Performance Artística – Dança, com 6 ECTS cujo âmbito incide no desenvolvimento da capacidade para a pesquisa e na competência técnica para a investigação, culminando na apresentação do projeto de dissertação de Mestrado. Regente: Ana Santos.

O meu contributo para as aulas teóricas desta unidade curricular situam-se ao nível da desmistificação da produção de artigos científicos e aspetos relacionados com a publicação de um artigo numa revista científica. Metodologias de investigação.

Métodos de investigação primários: Experimental, Quási-experimental, Questionário, Observação. Não experimentais. Métodos de Investigação Secundários. Meta-análise. Questões (descrição /predição vs. explicação/controlo). Definição do problema de pesquisa. Formulação de hipóteses. Variáveis independentes e dependentes.

Questões éticas na investigação. A formação das referências bibliográficas segundo o estilo APA.

### 3.1.3. Unidades curriculares de Pós-graduação

Das disciplinas lecionadas no II Curso de Pós-Graduação - Dança em Contextos Educativos, que decorreu de Fevereiro a Julho de 2008, na qualidade de Professora Auxiliar e no quinquénio em análise destaca-se:

#### Didáctica da Dança Social (Didáctica das danças internacionais) 8h | Maio 2008

Módulo de 8h integrante da unidade curricular Didáctica da Dança Social, específica ao 2º Curso de Pós Graduação Dança em Contextos Educativos e cujo âmbito incide na caracterização geral de danças tradicionais de outros países e dos padrões de movimento recorrentes.

Como principais linhas programáticas destacam-se: A determinação de componentes críticas, critérios de êxito e identificação de erros-tipo para os passos padronizados mais comuns. Princípios de construção de exercícios e de composição coreográfica, associados às danças tradicionais de outros países. A definição e aplicação

pedagógica de progressões de acordo com a variação das variáveis coreográficas. As distintas fases de aula e a seleção de músicas para o acompanhamento de exercícios.

#### Oficina de Criação Coreográfica 4h | Abril 2008

Módulo de 4h integrante da unidade curricular citada do 2º Curso de Pós Graduação Dança em Contextos Educativos e cujas principais linhas programáticas são: O processo de improvisação através de ideias e conceitos. A variação dinâmica, a repetição e o redimensionamento do comportamento motor. As estruturas rítmicas musicais e de movimento. As frases de movimento: sua composição e adaptação. Os elementos técnicos do contacto-improvisação: ações que mudam de direção (vertical – horizontal, perto do solo – pelo ar), receção/doação de peso entre apoios diversos, equilíbrios com diferentes suportes quedas individuais, com e sobre um companheiro, voltas e inversões. As relações temporais num grupo ou intergrupais: uníssonos, sucessivo, alternado e cânone. As relações entre a exploração e a composição.

### 3.1.4. Síntese da distribuição das unidades curriculares por ano letivo

Na Tabela 1 que se segue está apresentada sumariamente a distribuição das unidades curriculares por ano letivo e ao longo dos últimos 5 anos incluindo o tipo de responsabilidade, a área disciplinar, o curso/ano/semestre, o número de horas letivas semestral e o valor dos ECTS (European Credit Transfer and Accumulation System/ Sistema Europeu de Acumulação e Transferência de Créditos).

Tabela 3. Distribuição das unidades curriculares ao longo do quinquénio.

	Tipo de responsabilidade	Área disciplinar	Ano/Curso/sem	Nº H/Sem	U.C/ECTS
<b>ANO LETIVO 2007/8</b>					
Didáticas da Dança / set a dez 2007	Lecionação	PMI	3ºano LD 1ºS	1,5h	5.5
Oficina da Dança II (Improvisação e	Lecionação	SEG	3ºano LD 2ºS	3h	4.5

Composição Colaborativa)	e regência				
Técnicas de Dança Teatral I (Fundamentos de Dança)	Lecionação	SEG	1ºano LD 2ºS	1,5h	5
Técnicas de Dança Teatral II (Dança Teatral Ocidental: Dança clássica)	Lecionação	SEG	1ºano LD 2ºS	3h	6
Técnicas de Dança Teatral III (Dança Teatral Ocidental: Dança Moderna)	Lecionação e regência	SEG	2ºano LD 1ºS	3h	6.5
Técnicas de Dança Teatral IV (Dança Teatral Ocidental: Dança Moderna)	Lecionação e regência	SEG	2ºano LD 2ºS	3h	6.5
Técnicas de Danças Sociais I (Danças Internacionais)	Lecionação	SEG	1ºano LD 1ºS	2.3h	5
<b>ANO LETIVO 2008/9</b>					
Licença de maternidade de setembro de 2008 a Janeiro de 2009					
Análise do Comportamento do Bailarino	Lecionação	PCM	1ºano PAD 1ºS	0.77h	6
Didáctica da Dança Social	Lecionação	PMI	1ºano PGDCE 1ºS	0.62h	3
Oficina da Dança II (Improvisação e Composição Colaborativa)	Lecionação e regência	SEG	3ºano LD 2ºS	3h	4.5
Oficina de Criação Coreográfica	Lecionação	SEG	1ºano PGDCE 1ºS	0.31h	1
Técnica de Dança Teatral II (Dança Teatral Ocidental: Dança clássica)	Lecionação e regência	SEG	1ºano LD2ºS	3h	6
Técnicas de Dança Teatral IV (Dança Teatral Ocidental: Dança Moderna)	Lecionação e regência	SEG	2ºano LD 2ºS	3h	6.5
Técnicas de Danças Sociais II (Danças Internacionais)	Lecionação	SEG	1ºano LD 2ºS	2.3h	6
Trabalho de Projeto	Lecionação	SEG	1ºano PAD 2ºS	0.77h	6
<b>ANO LETIVO 2009/10</b>					
Análise do Comportamento do Bailarino	Lecionação	PCM	1ºano PAD 1ºS	0.77h	6
Didácticas da Dança	Lecionação	SEG	3ºano LD 1ºS	1.5h	5.5
Oficina da Dança II (Improvisação e Composição Colaborativa)	Lecionação e regência	SEG	3ºano LD 2ºS	4.5h	4.5
Técnicas de Dança Teatral I (Fundamentos de Dança)	Lecionação	SEG	1ºano PAD1ºS	1.5h	5
Técnicas de Dança Teatral II (Dança Teatral Ocidental: Dança clássica)	Lecionação	SEG	1ºano LD 2ºS	3h	6
Técnicas de Dança Teatral III (Dança Teatral Ocidental: Dança Moderna e dança clássica)	Lecionação e regência	SEG	2ºano LD1ºS	6h	6.5
Técnicas de Dança Teatral IV (Dança Teatral Ocidental: Dança Moderna)	Lecionação e regência	SEG	2ºano LD 2ºS	3h	6.5
Técnicas de Danças Sociais II (Danças Internacionais)	Lecionação	SEG	1ºano LD 2ºS	2.3h	6
Trabalho de Projecto	Lecionação	SEG	1ºano PAD 1ºS	0.77h	6
<b>ANO LETIVO 2010/11</b>					
Comportamento do Performer	Lecionação	PCM	1ºano PAD 1ºS	0.58h	6
Dança e Novas Tecnologias	Lecionação e regência	SEG	1ºano PAD 1ºS	1.54h	3
Investigação, Documentação e	Lecionação	SEG	1ºano PAD	0.39h	6

Reconstrução			2ºS		
Oficina da Dança II (Improvisação e Composição Colaborativa)	Lecionação e regência	SEG	3ºano LD 2ºS	3h	4.5
Práticas de Intervenção em Dança (Dança Teatral Ocidental: Dança moderna)	Lecionação	PMI	3ºano LD 1ºS	1.5h	5.5
Técnicas de Dança Teatral II (Dança Teatral Ocidental: Dança clássica)	Lecionação	SEG	1ºano LD 2ºS	3h	6
Técnicas de Dança Teatral III / (Dança Teatral Ocidental: Dança Moderna)	Lecionação e regência	SEG	2ºano LD 1ºS	3h	6.5
Técnicas de Dança Teatral IV (Dança Teatral Ocidental: Dança Moderna)	Lecionação e regência	SEG	2ºano LD 2ºS	3h	6.5
Técnicas de Danças Sociais I (Danças Internacionais)	Lecionação	SEG	1ºano LD 1ºS	2.3h	5
<b>ANO LETIVO 2011/12</b>					
Comportamento do Performer	Lecionação	PCM	1ºano PAD 1ºS	0.58h	6
Dança e Novas Tecnologias	Lecionação	SEG	1ºano PAD 1ºS	0.39h	3
Investigação, Documentação e Reconstrução	Lecionação	SEG	1ºano PAD 2ºS	0.39h	6
Metodologia do Ensino da Dança	Lecionação	PMI	3ºano LD 2ºS	1.62h	5
Oficina da Dança II (Improvisação e Composição Colaborativa)	Lecionação e regência	SEG	3ºano LD 2ºS	3h	4.5
Práticas de Intervenção em Dança (Dança Teatral Ocidental: Dança moderna)	Lecionação	PMI	3ºano LD 1ºS	3h	5.5
Técnicas de Dança Teatral II (Dança Teatral Ocidental: Dança clássica)	Lecionação	SEG	1ºano LD 2ºS	3h	6
Técnicas de Dança Teatral III / (Dança Teatral Ocidental: Dança Moderna)	Lecionação e regência	SEG	2ºano LD 1ºS	3h	6.5
Técnicas de Dança Teatral IV (Dança Teatral Ocidental: Dança Moderna)	Lecionação e regência	SEG	2ºano LD 2ºS	3h	6.5
Técnicas de Danças Sociais I (Danças Internacionais)	Lecionação	SEG	1ºano LD 1ºS	2.3h	5

LD - Licenciatura em Dança, FMH-UTL

PGDCE - Pós Graduação Dança em Contextos Educativos, FMH-UTL

PAD - Mestrado em Performance Artística - Dança, FMH-UTL

PCM - A área disciplinar de Psicologia e Comportamento Motor estuda os processos perceptivos, cognitivos, emocionais e psicofisiológicos que ocorrem nos contextos das atividades motoras, analisando o movimento humano do ponto de vista do desenvolvimento, da aprendizagem, do controlo motor, assim como em interações com o envolvimento. Esta área disciplinar tem aplicação em contextos, de alto rendimento, formativos, de reabilitação e intervenção clínica e de otimização de interfaces homem - máquina.

PMI - área disciplinar de Pedagogia e Métodos de Intervenção nas Atividades Motoras engloba o estudo e a sistematização das 4 formas de intervenção. Tem a sua fundamentação conceptual nos domínios relativos às categorias do conhecimento pedagógico com a finalidade de promover a alteração de hábitos e comportamentos que sustentam as atividades motoras, a capacitação, a autorregulação individual e o desenvolvimento integral do ser humano.

SEG - A área disciplinar de Sociologia, Estudos Culturais e Gestão das Atividades Físicas e do Desporto estuda o comportamento humano num contexto desportivo ou artístico, focando padrões sociais e culturais, assim como as características e a gestão das organizações. Estuda ainda os fenómenos culturais e a criatividade numa abordagem plural de práticas e de expressões, cruzando a receção cultural com os processos políticos que atravessam e regulam as sociedades humanas.

### 3.2. Módulo de Formação em Ações de formação acreditadas

Formadora da ação de formação contínua "Dança na Escola: Danças com Tradição – portuguesas e internacionais", com a duração de 25h, desde 2008 até ao presente, tendo já decorrido 5 edições. Constituíram motivos base impulsionadores da elaboração e consecução desta formação, a integração da cultura e das danças tradicionais nos programas nacionais de Educação Física; a fragilidade de conhecimento, domínio e aplicação desta temática por parte dos profissionais; e a procura voluntária e crescente de pedagogos e professores que pretendem trabalhar este tipo de conteúdo, a par e passo com o interesse formativo, sociocultural, lúdico-recreativo, de conhecimento identitário, adequado e necessário na formação da população escolar. O curso tem como principais destinatários, professores de educação física, dos 2º e 3º Ciclos e Secundário, assim como pedagogos nas áreas da dança e expressões (estes últimos em número reduzido de vagas). Com a duração de 3 semanas, preferencialmente à 2ª feira, 6ª feira e sábado, o curso decorre no Ginásio B da FMH.

#### **Dança na Escola: Danças com Tradição – portuguesas e internacionais 25h | 2009 a 2012**

O módulo de Formação, "Dança na Escola: Danças com Tradição – portuguesas e internacionais", acreditado com 1 crédito, pelo CCPFC (Conselho Científico - Pedagógico de Formação Contínua) (CCPFC/ACC 56753/09), é organizado pelo Departamento de Educação, Ciências Sociais e Humanidades da FMH. Coordenado pela Professora Margarida Moura e por mim, é composto por 2 blocos interligados a funcionar complementarmente, danças portuguesas e danças internacionais, sendo que sou responsável pela lecionação das danças tradicionais de outros países. Curso cujos destinatários inclui preferencialmente professores de Educação Física mas também pedagogos que têm a seu cargo a lecionação de conteúdos nos domínios da cultura tradicional, constituindo-se como a primeira abordagem de reciclagem, para uns, aprendizagem inicial para outros e aperfeiçoamento para uns últimos. Fui responsável pela lecionação do bloco de Danças Tradicionais Internacionais tendo

como principais objetivos, ao nível da reprodução motora e ao nível da improvisação e composição coreográfica: conhecer e reproduzir as danças tradicionais de outros países; reproduzir passos padronizados de danças tradicionais após demonstração e/ou descrição dos mesmos; identificar as estruturas de composição coreográfica das danças tradicionais, assim como a terminologia dos passos padronizados; executar danças tradicionais com correção (demonstra capacidades coordenativas, ajustamentos posturais adequados, amplitude espacial, movimentação isolada e coordenada dos segmentos corporais e sincronização com a estrutura rítmica); caracterizar e comparar repertório tradicional quanto às dimensões estrutural, espacial, rítmico-motora e quanto aos princípios de movimento que servem de base às danças tradicionais; estrutura frases de movimento baseadas no repertório motor, rítmico, espacial e de relação de danças tradicionais; adapta frases de movimento aos elementos: espaço, ritmo, dinâmica e relações; estrutura frases de movimento a partir dos conteúdos técnicos específicos das danças tradicionais; concebe e interpreta sequências de criação coreográfica de acordo com os princípios subjacentes das danças tradicionais nacionais, internacionais e da coreografia tradicional. Como conteúdos são trabalhados os passos padronizados mais comuns, como os passos: passeio, saltado, duplo, corrido, afasta-junta, saltitado, com batimento, galope, valsa a 3 tempos, polca, swing, grapevine e passo de schottische. As variantes aos passos padronizados. As danças: polca, schotische, bourré, mixer, valsa e danças mimadas. Coreografias tradicionais de países dos continentes europeu (leste e centro), asiático e americano (norte e sul). Os encadeamentos de movimento e sequências de composição coreográficas. A prática de situações de improvisação e composição de frases de movimento com gestos padronizados do repertório tradicional. As variações aos passos padronizados. A estruturação de frases de movimento com passos padronizados e com passos originais e diferentes dos aprendidos através dos métodos de improvisação e composição. As estruturas rítmicas e a forma das composições coreográficas das diferentes abordagens. A composição coreográfica (temas, ideias, acompanhamentos sonoros) em situação de grupo, através de indicações pré-estabelecidas pelo docente.

Na Tabela 2 que se segue está apresentada sumariamente a distribuição das 5 edições do módulo de formação AFDEPI por ano letivo e ao longo dos últimos 5 anos incluindo o tipo de responsabilidade, as datas de ocorrência, o número de horas letivas semestral e o nº de participantes.

**Tabela 2.** Distribuição das 5 edições da ação de formação AFDEPI.

	Tipo de responsabilidade	Data	Nº H/Sem	Nº alunos
<b>ANO LETIVO 2009/10</b>				
1ª Edição da Ação de Formação Contínua Dança na Escola: Danças com Tradição - Portuguesas e Internacionais, Faculdade de Motricidade Humana – UTL.	Lecionação e coordenação	8 a 19 Set 2009	0,96	33
2ª Edição da Ação de Formação Contínua Dança na Escola: Danças com Tradição - Portuguesas e Internacionais, Faculdade de Motricidade Humana – UTL.	Lecionação e coordenação	15 a 30 Jan 2010	0,96	29
<b>ANO LETIVO 2010/11</b>				
3ª Edição da Ação de Formação Contínua Dança na Escola: Danças com Tradição - Portuguesas e Internacionais, Faculdade de Motricidade Humana – UTL.	Lecionação e coordenação	25 Jun-10 Julho 2010	0,96	29
4ª Edição da Ação de Formação Contínua Dança na Escola: Danças com Tradição - Portuguesas e Internacionais, Faculdade de Motricidade Humana – UTL.	Lecionação e coordenação	11 a 26 Março 2011	0,96	32
<b>ANO LETIVO 2011/12</b>				
5ª Edição da Ação de Formação Contínua Dança na Escola: Danças com Tradição - Portuguesas e Internacionais, Faculdade de Motricidade Humana – UTL.	Lecionação e coordenação	9 a 24 março 2012	0,96	22

### 3.3. Resultados dos Inquéritos Pedagógicos

No período 2007 a 2012, período a que se refere este relatório, foram analisados os inquéritos pedagógicos disponibilizados pelo conselho Pedagógico da FMH, relativos às unidades curriculares lecionadas. Para os valores referentes aos anos letivos 2007/2008 a 2009/2010 foram realizados os cálculos do valor médio dos indicadores avaliados.

Salientamos que os valores omissos ou não estavam disponíveis para consulta no secretariado do conselho pedagógico ou ainda não tinham sido alvo de tratamento. Existe, ainda a ressalva de que as unidades curriculares do 2º ciclo e da pós-graduação não foram alvo de avaliação formal pelo CP.

Na Tabela 3 que se segue está apresentada sumariamente a avaliação que os discentes das unidades curriculares atribuem à minha docência, por ano letivo e ao longo dos últimos 5 anos, incluindo o número de inquiridos respondido, a classificação média e ano a que se reporta a unidade curricular.

Tabela 3. Avaliação da docente pelos estudantes por ano letivo.

	Nº inquiridos respondidos	Classificação média	Ano/Curso/sem
<b>ANO LETIVO 2007/8</b>			
Didáticas da Dança	10	4.50	3ºano LD/1ºS
Oficina da Dança II	ND	ND	3ºano LD/2ºS
Técnicas de Dança Teatral I	ND	ND	1ºano LD2ºS
Técnicas de Dança Teatral II	7	4.47	1ºano LD2ºS
Técnicas de Dança Teatral III	7	4.68	2ºano LD 1ºS
Técnicas de Dança Teatral IV	6	4.63	2ºano LD 2ºS
Técnicas de Danças Sociais I	22	4.81	1ºano LD 1ºS
<b>ANO LETIVO 2008/9</b>			
Análise do Comportamento do Bailarino	ND	ND	1ºano PAD1ºS
Didáctica da Dança Social	ND	ND	1ºano PGDCE/1ºS
Oficina da Dança II	4	4.88	3ºano LD/2ºS
Oficina de Criação Coreográfica	ND	ND	1ºano PGDCE/1ºS
Técnica de Dança Teatral II	11	3.89	1ºano LD2ºS
Técnicas de Dança Teatral IV	12	2.79	2ºano LD 2ºS
Técnicas de Danças Sociais II	14	4.10	1ºano LD 2ºS
Trabalho de Projeto	ND	ND	1ºano PAD2ºS
<b>ANO LETIVO 2009/10</b>			
Análise do Comportamento do Bailarino	ND	ND	1ºano PAD1ºS
Didáticas da Dança	4	3.38	3ºano LD/1ºS
Oficina da Dança II	4	3.63	3ºano LD/2ºS
Técnicas de Dança Teatral I	15	4.23	1ºano PAD1ºS
Técnicas de Dança Teatral II	15	4.10	1ºano LD 2ºS
Técnicas de Dança Teatral III	13	4.69	2ºano LD1ºS
Técnicas de Dança Teatral IV	14	4.54	2ºano LD 2ºS
Técnicas de Danças Sociais II	14	4.25	1ºano LD 2ºS
Trabalho de Projecto	ND	ND	1ºano PAD1ºS
<b>ANO LETIVO 2010/11</b>			
Comportamento do Performer	ND	ND	1ºano PAD1ºS
Dança e Novas Tecnologias	ND	ND	1ºano PAD1ºS
Investigação, Documentação e Reconstrução	ND	ND	1ºano PAD2ºS
Oficina da Dança II	4	4.44	3ºano LD/2ºS
Práticas de Intervenção em Dança	ND	ND	3ºano LD 1ºS
Técnicas de Dança Teatral II	7	4.22	1ºano LD 2ºS
Técnicas de Dança Teatral III	11	4.66	2ºano LD1ºS
Técnicas de Dança Teatral IV	ND	ND	2ºano LD 2ºS
Técnicas de Danças Sociais I	ND	ND	1ºano LD 1ºS

ANO LETIVO 2011/12			
Técnicas de Dança Teatral III	ND	ND	2ºano LD1ºS
Comportamento do Performer	ND	ND	1ºano PAD1ºS
Dança e Novas Tecnologias	ND	ND	1ºano PAD1ºS
Investigação, Documentação e Reconstrução	ND	ND	1ºano PAD2ºS
Metodologia do Ensino da Dança	ND	ND	3ºano LD 2ºS
Oficina da Dança II	ND	ND	3ºano LD/2ºS
Práticas de Intervenção em Dança	ND	ND	3ºano LD 1ºS
Técnicas de Dança Teatral II	ND	ND	1ºano LD 2ºS
Técnicas de Dança Teatral III	ND	ND	2ºano LD1ºS
Técnicas de Dança Teatral IV	ND	ND	2ºano LD 2ºS
Técnicas de Danças Sociais I	ND	ND	1ºano LD 1ºS

ND - Não disponibilizado pelo Conselho Pedagógico

LD - Licenciatura em Dança, FMH-UTL

PGDCE - Pós Graduação Dança em Contextos Educativos, FMH-UTL

PAD - Mestrado em Performance Artística - Dança, FMH-UTL

### 3.4. Conteúdos Pedagógicos

#### 3.4.1. Textos pedagógicos que versem os conteúdos lecionados nas unidades curriculares

Como iniciativa de melhoria da minha prática pedagógica, e no sentido de facilitar o estudo dos estudantes, criei um 1º projeto de "sebenta interativa online" com a unidade curricular de Oficina de Dança II, correspondente ao 2º semestre, no Sistema de Gestão de Aprendizagem (SGA) Moodle<sup>1</sup>, combinando o trabalho presencial com uma complementaridade online, ao nível da utilização dos fóruns, blog e página wiki. Também foram disponibilizados vários conteúdos como links, artigos e capítulos de diferentes livros, e textos tal como numa sebenta tradicional de disciplina. Este projeto decorreu no primeiro ano de funcionamento experimental 2º semestre do ano 2008/2009 e após a realização do 1º Curso de Formação integrada em E-Learning FIEL01, organizado pela Reitoria da UTL e pela Universidade Aberta.

<sup>1</sup> Moodle (Modular Object-Oriented Dynamic Learning Environment). Com este tipo de ferramentas o docente poderá disponibilizar conteúdos (texto, imagem, vídeo, som documentos para download) criar fórum, criar um chat, criar testes, receber trabalhos dos alunos, criar glossários e criar Wiki's num ambiente de acesso controlado.

No ano 2009/2010 a utilização generalizada do Sistema de Gestão e Aprendizagem pela FMH, permitiu desenvolver este conceito de "sebenta online" nomeadamente para o módulo de Danças Internacionais (unidade curricular de técnicas de dança social I) e para o módulo de Didática da dança teatral ocidental (unidade curricular de Práticas de Intervenção em Dança).

Estes módulos online assumem uma organização por atividade para a aprendizagem, permitem a gestão dos diferentes grupos de trabalho, do esclarecimento de dúvidas através de fóruns online, do visionamento dos recursos audiovisuais registados nas aulas práticas; e, por fim, possibilitam a avaliação dos discentes, através dos trabalhos entregues através da plataforma.

Para além da organização, gestão e avaliação de informação em ambiente online referida acima, utilizamos a plataforma como repositório de informação específica, quer teórica, de metodologia de notação de movimento e descrição das danças abordadas, quer audiovisual (músicas das danças tradicionais de outros países, vídeos das danças em contexto tradicional e em contexto de avaliação dos discentes), contribuindo, em nosso entender, para um conceito mais lato de "sebenta académica".

### **3.4.2. Produção de Material Pedagógico em Cursos de Pós Graduação e Ações Acreditadas / Módulos de Formação**

No âmbito dos 5 cursos "Dança na Escola: Danças com tradição – portuguesas e internacionais", acreditados pelo Conselho Científico – Pedagógico de Formação Contínua, sob a forma de Módulo de Formação, fui coprodutora de 5 sebatas de apoio pedagógico, sendo que na última edição esta produção de material pedagógico assumiu um suporte digital.

Estes documentos de apoio incluem a caracterização dos diferentes géneros coreográficos trabalhados ao longo do curso, assim como, as fichas etnocoreográficas das danças e coreografias transmitidas. Integra ainda uma reflexão lexical conducente à compreensão da terminologia específica utilizada na escrita etnocoreográfica.

Moura, M., & **Alves**, M. J. (2009). *Dança na Escola: Danças portuguesas e internacionais*. Documentação de Apoio, FMH, Setembro 2009. Cruz Quebrada: Faculdade de Motricidade Humana.

Moura, M., & **Alves**, M. J. (2010). *Dança na Escola 2: Danças portuguesas e internacionais*. Documentação de Apoio, FMH, Janeiro de 2010. Cruz Quebrada: Faculdade de Motricidade Humana.

Moura, M., & **Alves**, M. J. (2010). *Dança na Escola 3: Danças portuguesas e internacionais*. Documentação de Apoio, FMH, Junho de 2010. Cruz Quebrada: Faculdade de Motricidade Humana.

Moura, M., & **Alves**, M. J. (2011, Março). *Dança na Escola 4: Danças portuguesas e internacionais*. Documentação de Apoio, FMH, Março de 2011. Cruz Quebrada: Faculdade de Motricidade Humana.

Moura, M., & **Alves**, M. J. (2012, Março). *Dança na Escola 5: Danças portuguesas e internacionais*. Documentação de Apoio, FMH, Março de 2012. [CD-ROM]. Cruz Quebrada: Faculdade de Motricidade Humana.

Além das sebatas teóricas foram produzidos também materiais audiovisuais. Para cada curso realizado, coproduzi 10 CDS com os acompanhamentos sonoros utilizados ao longo do curso e ainda sugestões musicais para futuras atividades de composição coreográfica.

Assim:

Moura, M., & **Alves**, M. J. (2009). *Dança na Escola: Danças internacionais*, FMH, Setembro 2009. [CD-Audio]. Cruz Quebrada: Faculdade de Motricidade Humana.

- Moura, M., & **Alves**, M. J. (2009). *Dança na Escola: Danças internacionais*, FMH, Setembro 2009. [CD-Audio]. Cruz Quebrada: Faculdade de Motricidade Humana.
- Moura, M., & **Alves**, M. J. (2010). *Dança na Escola 2: Danças internacionais*, FMH, Janeiro de 2010. [CD-Audio]. Cruz Quebrada: Faculdade de Motricidade Humana.
- Moura, M., & **Alves**, M. J. (2010). *Dança na Escola 2: Danças internacionais*, FMH, Janeiro de 2010. [CD-Audio]. Cruz Quebrada: Faculdade de Motricidade Humana.
- Moura, M., & **Alves**, M. J. (2010). *Dança na Escola 3: Danças internacionais*, FMH, Junho de 2010. [CD-Audio]. Cruz Quebrada: Faculdade de Motricidade Humana.
- Moura, M., & **Alves**, M. J. (2010). *Dança na Escola 3: Danças internacionais*, FMH, Junho de 2010. [CD- Audio]. Cruz Quebrada: Faculdade de Motricidade Humana.
- Moura, M., & **Alves**, M. J. (2011). *Dança na Escola 4: Danças internacionais*, FMH, Março de 2011. [CD- Audio]. Cruz Quebrada: Faculdade de Motricidade Humana.
- Moura, M., & **Alves**, M. J. (2011). *Dança na Escola 4: Danças internacionais*, FMH, Março de 2011. [CD- Audio]. Cruz Quebrada: Faculdade de Motricidade Humana.
- Moura, M., & **Alves**, M. J. (2012). *Dança na Escola 5: Danças internacionais*, FMH, Março de 2012. [CD- Audio]. Cruz Quebrada: Faculdade de Motricidade Humana.
- Moura, M., & **Alves**, M. J. (2012). *Dança na Escola 5: Danças internacionais*, FMH, Março de 2012. [CD- Audio]. Cruz Quebrada: Faculdade de Motricidade Humana.

Em consequência dos cursos realizados e como complemento de registo para melhor conhecer, memorizar e intervir na área das danças tradicionais – nacionais e internacionais, foram produzidos 5 DVDs didáticos por curso, integrador de todos os materiais rítmico-

expressivos e técnico-artísticos trabalhados ao longo do curso. As Danças e coreografias trabalhadas enquanto docente e formadora, assim como os exercícios de composição coreográficas propostos por mim e trabalhados pelos estudantes e também a coreografia final concebida, desenvolvida e apresentada pelos formandos (sob orientação do docente), integram e constituem os conteúdos registados no DVD.

Moura, M., & **Alves**, M. J. (2009). *Dança na Escola: Danças internacionais*, FMH, Setembro 2009. [DVD]. Cruz Quebrada: Faculdade de Motricidade Humana.

Moura, M., & **Alves**, M. J. (2010). *Dança na Escola 2: Danças internacionais*, FMH, Janeiro de 2010. [DVD]. Cruz Quebrada: Faculdade de Motricidade Humana.

Moura, M., & **Alves**, M. J. (2010). *Dança na Escola 3: Danças internacionais*, FMH, Junho de 2010. [DVD]. Cruz Quebrada: Faculdade de Motricidade Humana.

Moura, M., & **Alves**, M. J. (2011). *Dança na Escola 4: Danças internacionais*, FMH, Março de 2011. [DVD]. Cruz Quebrada: Faculdade de Motricidade Humana.

Moura, M., & **Alves**, M. J. (2012). *Dança na Escola 5: Danças internacionais*, FMH, Março de 2012. [DVD]. Cruz Quebrada: Faculdade de Motricidade Humana.

### 3.5. Acompanhamento e Orientação de estudantes

Os seguintes estudantes estão a ser acompanhados e orientados pela docente.

**Tabela 4.** Supervisão e responsabilidade no acompanhamento e orientação de alunos

Nome	Responsabilidade	Título da Tese
<b>Doutoramento</b>		
Luisa del Rocio Cobeña Alegre	Coorientação	"A dança nas escolas do ensino básico em Portugal: Conceções e práticas dos professores do terceiro ciclo"

Mestrado		
Raquel Gonçalves Alberto de Oliveira	Orientação	Análise Coreográfica das Sevilhas
Beatriz da Fonseca Pereira	Orientação	A formação vocacional em dança e a sua adequação ao perfil profissional das companhias portuguesas

## 4. Atividade científica

A atividade científica nos últimos 5 anos encontra-se distribuída pelas linhas de investigação do INET-MD e do CEAP, respetivamente o Instituto de Etnocoreologia – Centro de estudos em música e dança, e o Centro de Estudos em Artes Performativas. Assim, as duas vertentes focam-se nos estudos culturais em dança e nos processos de ensino-aprendizagem de dança.

As linhas de investigação apresentadas em seguida, encontram-se relacionadas com a atividade pedagógica e com os conteúdos que leciono nas unidades curriculares que reajo e onde colaboro.

### 4.1. Linhas de Investigação

"O Conceito de 'performatividade' tem-se imposto nos estudos artísticos a par ou em substituição da noção de 'expressividade'. As tradicionalmente designadas "artes do espetáculo" (teatro, dança, música, circo) passaram assim a ser repensadas no âmbito da performance, que se alargou a modalidades até então consideradas fora do campo da arte. Tendencialmente passou a falar-se em 'estéticas performativas' para designar a investigação que sublinha a presença fundadora do corpo e dos seus gestos nos processos de criação e de receção."

(Daniel Tércio, domínio de investigação CEAP, relatório 2011)

Como principais áreas de interesse/linhas de investigação destaco:

- o ensino da dança<sup>2</sup> / as abordagens metodológicas de ensino-aprendizagem de dança teatral ocidental, especificamente a análise da transmissão de conteúdos e os métodos de ensino, na potenciação da informação relevante que permite a aquisição de comportamento motor e na otimização das competências que permitem a aprendizagem.

---

<sup>2</sup> Ensino da Dança – Estudo dos processos de ensino-aprendizagem em dança, em contexto vocacional e amador, considerando a especificidade do ensino artístico e as características projetuais dos processos criativos e da sua receção; esta linha inclui investigação relacionada com a formação de produtores/ criadores, com a formação de públicos e o estudo do papel da dança na comunidade, incluindo as populações de risco e a problemática da inclusão.

- a Etnocoreologia<sup>3</sup> e Estudos Culturais em Dança<sup>4</sup>, nomeadamente a documentação e a realização de investigação em torno da dança tradicional de outros países.
- A análise da performance do bailarino, na análise dos processos de improvisação/composição coreográfica em espaços abertos (site-specific dance); e
- A Dança e Novas Tecnologias, especificamente o contributo pedagógico-artístico das tecnologias digitais nos contextos de dança: ensino e espetáculo.

## 4.2. Publicações

### 4.2.1. Edição nacional de livro científico com sistema de revisão por pares

Monteiro, E., & Alves, M.J. (Eds.). (2012). Livro de Atas do SIDD2011, Seminário Internacional Descobrir a Dança / Descobrimo através da Dança, FMH, 10-13 NOV 2011. [CD-ROM]. Cruz Quebrada: Faculdade de Motricidade Humana, Serviço de Edições.

### 4.2.2. Artigo publicado em revista com sistema de arbitragem

Alves, M. J. (2011). Estruturação de prática e desempenho motor no ensino-aprendizagem de sequências de dança moderna. *Revista Portuguesa de Educação Artística*, 1, 23-36.

---

3 Disciplina que descreve e analisa as danças tradicionais.

4 Estudos Culturais em dança – estudo das práticas e das representações do corpo e da dança considerando as dimensões psicossociais, históricas e antropológicas; esta linha inclui a análise de elementos da cultura material (como a iconografia e os artefactos) e imateriais (como as matrizes coreográficas e as possíveis raízes rituais). Os estudos culturais em dança incluem ainda investigação sobre as artes performativas e outras manifestações da cultura expressiva enquanto reflexo das questões pós-coloniais, do multi- e interculturalismo, a das culturas minoritárias.

Alves, M. J. (2007). Demonstração em dança: aprender com sucesso. In M. Moura & E. Monteiro (Eds.), *Dança em Contextos Educativos*. (pp. 113-119). Cruz Quebrada: Edições FMH.

#### 4.2.3. Artigo em ata de conferência internacional

Alves, M. J. (2012). *A improvisação no ensino da dança*. In E. Monteiro, & M.J. Alves (eds.). Livro de Atas do SIDD2011, Seminário Internacional Descobrir a Dança / Descobrimo através da Dança, FMH, 10-13 NOV 2011 (pp. 174-187). [CD-ROM]. Cruz Quebrada: Faculdade de Motricidade Humana, Serviço de Edições.

Alves, M. J. (2012, in press). Dança teatral ocidental: diferentes lógicas de movimento desafiam a aplicação da pedagogia do processo por contraposição à pedagogia da modelação. In S. Moreno, I. Iglésias, & P. Roxo, (Eds.), *Proceedings of the XI SIBE (Iberian Society for Ethnomusicology) Conference, Lisbon 2010*. Lisbon: SIBE.

Monteiro, E., **Alves**, M. J., Moura, M., & Leandro, C. (2012, in press). Dançar para aprender a descobrir - Quatro lados de um círculo?. In S. Moreno, I. Iglésias, & P. Roxo, (Eds.), *Proceedings of the XI SIBE (Iberian Society for Ethnomusicology) Conference, Lisbon 2010*. Lisbon: SIBE.

Alves, M. J. (2011). Dancing in open spaces. In S. Ravn (Ed.), *Proceedings 10th International NOFOD Conference. Spacing Dance(s) – Dancing Space(s)*(pp. 67-71). Odense: University of Southern Denmark.

Alves, M. J. (2011). International dances – an outlook on global, creative, and cultural work. In S. Lira, R. Amoêda, C. Pinheiro (Eds.), *Proceedings of the 2nd International Conference on Intangible Heritage. Sharing Cultures 2011* (pp. 165-170). Barcelos: Greenlines Instituto para o Desenvolvimento Sustentável.

Gehres, A., Monteiro, E., & Alves, M. (2011). A dança no ensino nos programas nacionais do Brasil e de Portugal: um estudo comparativo. In B. Pereira & G. Carvalho (Coord.). *Atas do VII Seminário Internacional Educação Física, Lazer e Saúde - A actividade física promotora de saúde e de desenvolvimento pessoal e social. Instituto de Educação - Universidade do Minho, 19-22 Julho 2011.* [CD-ROM]: pp.560-569. Braga. Edição: Centro de Investigação em Estudos da Criança – CIEC.

Alves, M. J. (em preparação). Dance laboratory: A collaborative choreography case in higher education. In D. Davida, P. Szporer, & M. Templeton (Coord.) *Proceedings of the Canadian Society for Dance Studies Conference 2012, Collaboration: Intersections, Negotiations, Mediations in the Worlds of Dance.* Montreal: Université du Québec à Montréal (UQAM).

### **4.3. Membro de Comissão Científica de Congresso**

[2011] Membro da comissão científica do Seminário Internacional "Descobrir a Dança/ Descobrimo através da Dança" | SIDD2011. Organização: CEAP – Centro de Estudos em Artes Performativas do Departamento de Educação, Ciências Sociais e Humanidades da Faculdade de Motricidade Humana. Coordenador: Elisabete Monteiro. FMH: 10 a 13 Novembro 2011.

### **4.4. Projetos Científicos**

#### **4.4.1. Membro de Unidade I&D abrangida pelo Programa de Financiamento Plurianual da FCT**

Membro do Pólo FMH do INET/MD, Instituto de Etnocoreologia – Centro de estudos em música e dança, financiado pela Fundação para a Ciência e Tecnologia e com a classificação de "Muito Bom".

#### 4.4.2. Participante em Projecto de I&D ou de parceria nacional ou internacional

Nos cinco anos a que reporta este relatório, nomeio e caracterizo os diferentes projetos de investigação e desenvolvimento, de âmbito nacional e internacional, em que participei ativamente na sua criação e desenvolvimento.

##### 4.4.2.1. Projeto de âmbito nacional

###### **Novas Perspectivas sobre Dança em Expansão Tecnológica** New Perspectives on Technologically Expanded Dance

[2008] Submetido à FCT no Concurso para Projetos de I&D em todos os Domínios Científicos – 2008, PTDC/EAT-AVP/099463/2008 na área de estudos artísticos. Coordenação: Daniel Tércio. Procura determinar as intersecções possíveis entre cinco vértices numa perspetiva experimental e artística: captura de movimento, realidade aumentada, animação de personagens, robótica e coreografia. Instituições participantes: Faculdade de Motricidade Humana (FMH/UTL), Universidade de Aveiro (UA), Universidade Católica Portuguesa (UCP), Instituto de Engenharia de Sistemas e Computadores, Investigação e Desenvolvimento em Lisboa (INESC ID/INESC/IST/UTL) e Faculdade de Ciências Sociais e Humanas (FCSH/UNL). Participantes diretos: Daniel Tércio Guimarães, Álvaro Manuel Barbosa, Ana Medeiros, António Neves, António Veloso, Artur Pereira, Filipa João, Filipe Silva, Helena Figueiredo, Hugo Silva, João Pereira, José Azevedo, José Pereira, José Vieira, José Lau, Luís Lopes, Luís Almeida, Manuel Cunha, Maria João Alves, Paula Varanda, Paulo Pedreiras, Paulo Dias, Pedro Mariano, Rui Penha e Stephan Jürgens. Projeto não aprovado para financiamento.

###### **A função semiótica nas escolas inclusivas: para uma dramaturgia do corpo/Trissomia 21**

[2008] Submetido à FCT no Concurso para Projetos de I&D em todos os Domínios

Científicos – 2008, PTDC/CPE-CED/101359/2008. Estudar o ensino da dança e a experiência simbólica na deficiência e o seu contributo para uma dramaturgia do corpo diferente. Instituições participantes: Associação de Viseu de Portadores de Trissomia 21 (AVISPT21) e Companhia Paulo Ribeiro (CPR). Coordenação: Adriana Gehres. Participantes diretos: Adriana Gehres/ Instituto Piaget/Viseu, Cristina Pereira/ Instituto Piaget, Khalid Fekhari/ Instituto Piaget, Joana Antão/ Instituto Piaget, Maria João Alves/FMH e Sofia Santos/FMH. Projeto não aprovado para financiamento.

**MODES – (De)Composição do Movimento de/para Palcos de Dança**  
*(Of/on: (De)composition from/for Dance Stages*

[2009] Submetido à FCT no Concurso para Projetos de I&D em todos os Domínios Científicos – 2009, PTDC/EAT-AVP/111277/2009 na área de estudos artísticos – artes visuais e performativas. Coordenação: Daniel Tércio. Aborda as áreas de coreografia em dança contemporânea e “tecnociência” para animação, procurando a relação entre arte e tecnociência e o seu desenvolvimento através de investigação coletiva, contribuindo para alargar uma linguagem e uma terminologia apropriadas para a comunicação dos media (o corpo ou a máquina) e dos processos (científico ou artístico). Instituições participantes: Faculdade de Motricidade Humana (FMH/UTL), Instituto Politécnico de Setúbal (IPSetúbal), Instituto Piaget, Cooperativa para o Desenvolvimento Humano, Integral e Ecológico CRL (IPiaget), Instituto de Engenharia de Sistemas e Computadores, Investigação e Desenvolvimento em Lisboa (INESC ID/INESC/IST/UTL), Institute for the Systems and Technologies of Information, Control and Communication (INSTICC) e Companhia Paulo Ribeiro (CPR). Participantes diretos: Daniel Tércio, Adriana Gehres, Ana Medeiros, Filipa João, João Pereira, Joaquim Filipe, José Pereira, Maria João Alves, Paula Varanda, Paulo Ribeiro, Sílvia Cabral e Stephan Jürgens. Projeto não aprovado para financiamento.

**eDanç@i**

[2012] Submetido à Fundação Calouste Gulbenkian através do concurso de Projetos de Desenvolvimento do Ensino Superior - Projetos inovadores no Domínio Educativo. Coordenação: Elisabete Monteiro. Participantes: Cristina Espadinha/FMH, Daniel

Tércio/FMH, Elisabete Monteiro/FMH, Margarida Moura/FMH, Maria João Alves/FMH, Paula Lebre/FMH. Instituição participante: AAAIDD, A Associação dos Amigos da Arte Inclusiva – Dançando com a Diferença, diretor artístico Henrique Amoedo. Projeto não aprovado para financiamento.

### **Dança e deficiência em contexto formativo e profissional - Diagnóstico da situação em Portugal**

[2012] Submetido à FCT através do concurso de Projetos de Investigação Exploratória EXPL/CPC-PER/1609/2012, na área das Ciências Sociais e Humanidades.

Coordenação: Elisabete Monteiro. Participantes diretos: Adriana Gehres/Piaget, Elisabete Monteiro/FMH, Luzia Lima-Rodrigues/Piaget, Maria João Alves/MJA, Paula Lebre Melo/FMH, Paula Rodrigues/Piaget, Ana Silva Marques/IPL-ESD, Delfim Ribeiro/Piaget e Vanda Nascimento/IPL-ESD. Projeto em avaliação.

#### **4.4.2.2. Projeto de âmbito internacional**

### **R E D A N Z – Rede de escolas de Educação Física e Dança Ibero-Americanas**

[2008] Submetido à Comissão Europeia através do Programa ALFA III programa de cooperação entre Instituições de Ensino Superior (IES) da União Europeia e da América Latina, EUROPEAID/126-821/C/ACT/RAL. Com o objetivo de estabelecer um intercâmbio inter-rede e organização de encontros regulares de debate e estabelecimento de estratégias para o desenvolvimento da dança nos países e instituições ibero-americanas. Coordenação Elisabete Monteiro. Participantes diretos: Elisabete Monteiro/FMH, Daniel Tércio/FMH, Margarida Moura/FMH, Maria João Alves/FMH, Mari Paz Brosas/Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte Universidad de León/España, Adriana Gehres/ISEIT - Instituto Piaget – Viseu/Portugal, Lucia Ribeiro/Universidade Estadual de Goiás/ESEFFEGO, Goiás/ Brasil, Barbara Agostini/ Faculdade de Grande Fortaleza/ Brasil, Solange Caldeira/ Universidade

Federal de Viçosa/ Brasil, Maria do Carmo Saraiva/ Universidade de Santa Catarina/ Brasil, Arnaldo Siqueira/ Universidade Federal de Pernambuco – UFPE, Recife/ Brasil, Pablo Scharagrodsky/ Universidad Nacional De La Plata/ Argentina, Marcela Cena/ Instituto del profesorado de Educación Física, Córdoba/ Argentina, Ana Maria Pereira e Kátia Mortari/ Universidade Estadual de Londrina, Paraná/ Brasil. Projeto não aprovado para financiamento. <http://redanz.wordpress.com>

### **Dança e movimento expressivo – Novas abordagens e Metodologias emergentes**

[2009] Ação bilateral submetida à FCT ao abrigo do Projeto de cooperação transnacional FCT Portugal – Argentina, na área de estudos artísticos. Coordenação: Elisabete Monteiro. Procura e construção conjunta de metodologias e de instrumentos didático-artísticos com o contributo das competências profissionais das equipas de investigadores no âmbito do movimento expressivo (conhecimento teórico e vivencial). Participantes ativos: Elisabete Monteiro/FMH, Maria João Alves/FMH, Margarida Moura/FMH, Rita Rato/FMH, Cristina Rebelo Leandro/IPC, Marcela Cena/ IPEF Instituto del profesorado en Educación Física/ Argentina, Claudia Cavaglia/IPEF e Karina Rodriguez/IPEF. Ação não aprovada para financiamento.

### **'Dança e metodologias diagonais de convergência'**

[2009] Ação bilateral ao abrigo do Convénio FCT/CAPES, de cooperação transnacional Brasil-Portugal. Responsável brasileiro: Ivani Santana. Responsável português: Daniel Tércio. Participantes: Ana Valecia Ribeiro, Hugo Leonardo Silva, Ivani Santana, Karla Brunet, Luiz Alberto, Stephan Jurgens, Helena Figueiredo, Daniel Tércio, Maria João Alves e Carlos Ferreira.

### **Etudes en danse europeennes in progress: methodologies et interdisciplinarites**

[2010-2011] Ação bilateral submetida à FCT ao abrigo do Programa Pessoa, Projeto de cooperação transnacional FCT Portugal-França, PHC – Pessoa Project n°

227433D. Instituições parceiras: FMH através do Centro de Estudos em Artes Performativas da FMH e o laboratório RiDIM, Centre de Recherche sur l'Analyse et l'Interprétation des Textes en Musique et dans les Arts du Spectacle et Section Danse, na Universidade de Sophia Antipolis, em Nice. Pelo lado português, o projecto tem apoio da FCT através do programa Pessoa. Coordenação: Daniel Tércio. Participantes nas reuniões em Portugal: Daniel Tércio/FMH, Elisabete Monteiro/FMH, Margarida Moura/FMH, Maria João Alves/FMH, C. Aprea/estudante FMH e Teresa Simas/estudante FMH. Ação financiada.

#### 4.4.3. Equipas de Investigação

Atualmente pertenço à equipa de investigação do CEAP, Centro de Estudos em Artes Performativas, associado ao Departamento de Educação, Ciências Sociais e Humanidades /DECSH da FMH e do Pólo FMH do INET/MD, Instituto de Etnocoreologia – Centro de estudos em música e dança.

Participo ativamente nos seguintes projetos:

[2011-presente]. Participação no Projeto da Base de dados de dança e performance artística **TerPsiCore** que prossegue, desde 2008/2009, a construção de bases de dados integradas, de imagens, vídeos e registos fílmicos, áudio e documentos, de acordo com princípios de indexação e tendo como objetivo essencial a divulgação do acervo existente, autorizando consultas através da Internet. Coordenação: Daniel Tércio. Participantes diretos: Daniel Tércio, Maria João Alves, Bolseiros (BII).

[2011, janeiro a outubro] Coorientação dos Bolseiros de Iniciação à Investigação Científica – Pedro Filipe Fidalgo Marques e João Pedro Cristóvão Leitão - refª BII2010-FCSH/INET-MD/PÓLO FMH – no âmbito do Projeto Plurianual designado "Etnocoreologia e Estudos Culturais em Dança", cofinanciado pela Fundação para a Ciência e a Tecnologia, durante a ausência do orientador Daniel Tércio no período de licença sabática.

[2011] Participação na reunião de trabalho no âmbito do Projeto de intercâmbio bilateral Portugal-França, Programa Pessoa Proj. nº 227433. Participantes diretos portugueses: Daniel Tércio, Elisabete Monteiro, Margarida Moura e Maria João Alves. Responsável português: Daniel Tércio.

[2009-presente]. Participação na rede internacional MaPAD2 – Partnership with the Ibero-American web platform: “Mapa e Programa de Artes em Dança (e Performance) Digital”, com sede em Salvador da Bahia. Uma plataforma virtual para a difusão e apoio educacional, tecnológico e mercadológico do campo da dança e da performance com mediação tecnológica, em países de língua portuguesa e língua espanhola. Objetivo: Mapeamento da situação portuguesa no que respeita a introdução dos procedimentos digitais na construção de espetáculos performativos.

Participantes diretos pelo lado português: Daniel Tércio, Maria João Alves, e Stephan Jurgens. [www.mapad2.ufba.br](http://www.mapad2.ufba.br)

## **5. Atividades de transferência de conhecimento**

Nesta vertente relativamente a atividades de transferência de conhecimento, encontramos uma sucessão de distintas atividades, desde a participação em congressos, à realização de workshops, à coordenação de cursos, fundamentalmente o desenvolvimento de iniciativas de divulgação e promoção artística, científica e tecnológica.

### **5.1. Conferencista convidado em Congresso Nacional com Conselho Científico**

[2012] Convite para comunicação oral e workshop no III Congresso de Educação Artística, sobre "Site-specific dance: Improvisação em espaços abertos", na sessão: "Artes e Ecologia". Organização: GCEA Gabinete Coordenador de Educação Artística da DRE Direção Regional de Educação da Madeira. Funchal: a realizar-se nos dias 11 e 12 de Setembro de 2012.

### **5.2. Apresentação Oral em Conferência Internacional**

Alves, M. J. (2012). Dance laboratory: A collaborative choreography case in higher education. In CSDS (Canadian Society for Dance Studies) Conference 2012 "Collaboration: Intersections, Negotiations, Mediations in the Worlds of Dance", May 31-June 3, Montreal, Canada.

Alves, M. J. (2011). A improvisação no ensino da dança. In SIDD2011, Seminário Internacional Descobrir a Dança / Descobrimo através da Dança, Faculdade de Motricidade Humana, 10-13 Novembro, Cruz Quebrada: Portugal.

Alves, M. J. (2011). International dances – an outlook on global, creative, and cultural work. In 2nd International Conference on Intangible Heritage, Sharing Cultures 2011, Greenlines Instituto para o Desenvolvimento Sustentável, Tomar, Portugal, 3-6 July 2011.

Alves, M. J. (2011). Dancing in open spaces: A teaching-learning project using e-tools. In 10th International NOFOD - Nordic Forum for Dance Research Conference “Spacing Dance(s) - Dancing Space(s)”, University of Southern Denmark, Odense, Denmark, 27-30 January 2011.

Alves, M. J. (2010). Dança teatral ocidental: Diferentes lógicas de movimento desafiam a aplicação da pedagogia do processo por contraposição à pedagogia da modelação. In XI Conference of SIBE - Sociedad de Etnomusicología “Musics and Knowledge in Transit”, Universidade Nova de Lisboa, Lisboa, Portugal, 28-31 October 2010.

Alves, M. J. (2009). Dance student satisfaction in learning dance movement sequences. In 11<sup>th</sup> dance and the child international conference “Cultures Flex: Unearthing Expressions of the Dancing Child”, Daci Jamaica, Kingston, Jamaica, 2-8 August 2009.

### **5.3. Realização de workshop em conferências internacionais**

Alves, M. J., Monteiro, E., Moura, M. (2009). Culture as Performance – Dance as a hibryd experience. In 11<sup>th</sup> dance and the child international conference “Cultures Flex: Unearthing Expressions of the Dancing Child”, Daci Jamaica, Kingston, Jamaica, 2-8 August 2009.

Alves, M. J. (2010). Danças Internacionais. In 1º Seminário Internacional “Dança na Maturidade” / 1st International Seminar “Dancing through Maturity”, FMH, Portugal, 21-24 Oct 2010.

#### **5.4. Coordenação e ou participação em iniciativas de divulgação e promoção artística, científica e tecnológica**

[2007] Coprodutora da 1ª Mostra de Dança da FMH<sup>5</sup>, apresentação pública dos trabalhos coreográficos realizados no âmbito das disciplinas de disciplinas de Técnicas de Dança (Teatral e Social), de Práticas de Expressão e de Comunicação e de Dança Portuguesas e Sociais (Didáctica das Actividades Físicas e Desportivas II), dos cursos de Dança e Ciências do Desporto da FMH. Pavilhão Esteiros, 21 de Dezembro 2007.

[2008] Coprodutora da 2ª Mostra de Dança da FMH, apresentação pública dos trabalhos coreográficos realizados no âmbito das disciplinas de disciplinas de Técnicas de Dança (Teatral e Social) do curso de Dança da FMH. Auditório Fernando Lopes Graça, Parque Palmela, Cascais, 30 de Maio 2008.

[2008] Produtora da apresentação pública do trabalho coreográfico realizado no âmbito da disciplina de Oficina de Dança II. Ginásio B da FMH, 6 de Maio 2008.

[2008] Responsável da representação do trabalho coreográfico no âmbito da disciplina de Técnica de Dança Teatral IV, no espetáculo de final de ano Externato de S. José, Restelo, 16 de Junho 2008.

[2009] Coprodutora da 4ª Mostra de Dança da FMH, apresentação pública dos trabalhos coreográficos realizados no âmbito das disciplinas de disciplinas de Técnicas de Dança

---

<sup>5</sup> As mostras integram-se no âmbito das disciplinas práticas constituindo um momento de avaliação sumativa nas respetivas disciplinas. Para além de constituírem o culminar da aprendizagem e da colaboração entre os docentes e discentes, as mostras fornecem terreno de pesquisa para produção

(Teatral e Social) do curso de Dança da FMH. Cineteatro do Casino do Estoril, Estoril, 22 de Maio de 2009.

[2009] Coprodutora da 5ª Mostra de Dança da FMH, apresentação pública dos trabalhos coreográficos realizados no âmbito das disciplinas de disciplinas de Técnicas de Dança (Teatral e Social), de Práticas de Expressão e de Comunicação e de Danças Portuguesas e Sociais (Didáctica das Actividades Físicas e Desportivas II), dos cursos de Dança e Ciências do Desporto da FMH, Ginásio B da FMH, 19 de Dezembro de 2009.

[2009] Produtora da apresentação pública do trabalho coreográfico realizado no âmbito da disciplina de Oficina de Dança II. Entrada Principal da Faculdade e no Anfiteatro 1 da FMH, 15 de Maio 2009.

[2010] Produtora da performance de dança contemporânea intitulada "City Samples", que no âmbito do intercâmbio FMH-St. John University ao abrigo do acordo Erasmus, trouxe à FMH 13 estudantes do 3º ano da Licenciatura de Dança da Universidade de St. John, York, U.K., Ginásio B da FMH, 24-25 de Março 2010.

[2010] Coordenação do III Encontro de Licenciados em Dança. Workshops, mesas redondas e apresentações de dança. FMH, dia 27 de Março de 2010.

[2010] Produtora da apresentação pública do trabalho coreográfico realizado no âmbito da disciplina de Oficina de Dança II. Jardim no sopé da Quinta da Graça, 9 de Maio de 2010.

[2010] Coprodutora da 6ª Mostra de Dança da FMH, apresentação pública dos trabalhos coreográficos realizados no âmbito das disciplinas de disciplinas de Técnicas de Dança (Teatral e Social), de Práticas de Expressão e de Comunicação e de Danças Portuguesas e Sociais (Didáctica das Actividades Físicas e Desportivas II), dos cursos de Dança e Ciências do Desporto da FMH, Ginásio B da FMH, 28 de Maio de 2010.

[2011] Coprodutora da 7ª Mostra de Dança da FMH, apresentação pública dos trabalhos coreográficos realizados no âmbito das disciplinas de disciplinas de Técnicas de Dança (Teatral e Social), de Práticas de Expressão e de Comunicação e de Danças Portuguesas e Sociais (Didáctica das Actividades Físicas e Desportivas II), dos cursos de Dança e Ciências do Desporto da FMH, Ginásio B da FMH, 14 Janeiro 2011.

[2011] Coordenação do IV Encontro de Licenciados em Dança. Workshops, mesas redondas e apresentações de dança. FMH, dia 21 de Maio de 2011.

[2011] Produtora da apresentação pública do trabalho coreográfico realizado no âmbito da disciplina de Oficina de Dança II. Capela de Nª Senhora da Boa Viagem, Cruz Quebrada, 8 de Junho 2011.

[2011] Coprodutora da 8ª Mostra de Dança da FMH, apresentação pública dos trabalhos coreográficos realizados no âmbito das disciplinas de disciplinas de Técnicas de Dança (Teatral e Social) do curso de Dança da FMH. Auditório Fernando Lopes Graça, Parque Palmela, Cascais, 24 de Junho 2011.

[2011] Coprodutora da 9ª Mostra de Dança da FMH, apresentação pública dos trabalhos coreográficos realizados no âmbito das disciplinas de disciplinas de Técnicas de Dança (Teatral e Social), de Práticas de Expressão e de Comunicação, de Práticas de Intervenção em Dança e de Danças Portuguesas e Sociais (Didáctica das Actividades Físicas e Desportivas II), dos cursos de Dança e Ciências do Desporto da FMH, Ginásio B da FMH, 19 de Dezembro 2011.

[2012] Coprodutora da 10ª Mostra de Dança da FMH, apresentação pública dos trabalhos coreográficos realizados no âmbito das disciplinas de disciplinas de Técnicas de Dança (Teatral e Social) do curso de Dança da FMH. Auditório Fernando Lopes Graça, Parque Palmela, Cascais, 30 de Maio 2012.

[2012] Produtora da apresentação pública do trabalho coreográfico realizado no âmbito da disciplina de Oficina de Dança II. Padrão dos Descobrimentos, em Belém e Piscina do Parque Desportivo do Jamor, 18 e 21 de Maio 2012.

### **5.5. Coordenação de cursos de especialização artística e tecnológica**

[2009] Cooordenação da 1ª edição da Ação de Formação Contínua sob a forma de curso em Módulo de Formação, "Dança na Escola: Danças com Tradição – portuguesas e internacionais", com a duração de 25h. Formação acreditada com 1 crédito, pelo CCPFC (Conselho Científico -Pedagógico de Formação Contínua). Organização: Unidade Científico -Pedagógica Dança, FMH, 8 a 19 de Setembro de 2009.

[2010] Cooordenação da 2ª edição da Ação de Formação Contínua sob a forma de curso em Módulo de Formação, "Dança na Escola: Danças com Tradição – portuguesas e internacionais", com a duração de 25h. Formação acreditada com 1 crédito, pelo CCPFC (Conselho Científico -Pedagógico de Formação Contínua). Organização: Unidade Científico -Pedagógica Dança, FMH, 15 a 20 de Janeiro de 2010.

[2010] Cooordenação da 3ª edição da Ação de Formação Contínua sob a forma de curso em Módulo de Formação, "Dança na Escola: Danças com Tradição – portuguesas e internacionais", com a duração de 25h. Formação acreditada com 1 crédito, pelo CCPFC (Conselho Científico -Pedagógico de Formação Contínua). Organização: Unidade Científico -Pedagógica Dança, FMH, 21 de Junho a 10 de Julho de 2010.

[2011] Cooordenação da 4ª edição da Ação de Formação Contínua sob a forma de curso em Módulo de Formação, "Dança na Escola: Danças com Tradição – portuguesas e internacionais", com a duração de 25h. Formação acreditada com 1 crédito, pelo CCPFC (Conselho Científico -Pedagógico de Formação Contínua). Organização: Unidade Científico -Pedagógica Dança, FMH, 11 a 26 de Março de 2011.

[2012] Cooordenação da 5ª edição da Ação de Formação Contínua sob a forma de curso em Módulo de Formação, "Dança na Escola: Danças com Tradição – portuguesas e internacionais", com a duração de 25h. Formação acreditada com 1 crédito, pelo CCPFC (Conselho Científico -Pedagógico de Formação Contínua). Organização: Unidade Científico -Pedagógica Dança, FMH, 9 a 24 de Março de 2012.

## **5.6. Participação em Congressos**

[2007] Participação na Conferência Internacional "Technologically Expanded Dance" - TeDance, organizado pelo Departamento de Dança da Faculdade de Motricidade Humana - UTL e pela Culturgest. Coordenação e direção científica, Daniel Tércio. Culturgest: 22, 23 e 24 Novembro 2007.

[2009] Participação no 1º Seminário de Investigação Interdisciplinar: Métodos instrumentais de investigação em artes performativas. Organização INET-MD. Coordenação e direção científica, Daniel Tércio. FMH. Cruz Quebrada: 26 Setembro de 2009.

[2010] Participação no Encontro com a Ciência e Tecnologia em Portugal "Ciência 2010". Organização FCT e Conselho dos Laboratórios Associados. Centro de Congressos de Lisboa. Lisboa: 4 a 7 de Julho 2010.

[2010] Participação no 1º Seminário Internacional "Dança na Maturidade" / 1st International Seminar "Dancing through Maturity". Organização INET-MD. Coordenação e direção científica, Ana Macara. FMH. Cruz Quebrada: 21-24 Outubro 2010.

[2010] Participação no XI Congresso da SIBE - Sociedad de Etnomusicología, III Congresso de músicas populares do mundo hispânico e lusófono, I Congresso do ICTM, International Council for Traditional Music, VI Congresso da IASPM- International

Association for the Study of Popular Music, "Músicas e Saberes em Trânsito". Organização INET-MD. Reitoria da Universidade Nova de Lisboa. Lisboa: 28-31 de Outubro de 2010.

[2010] Moderadora da sessão "Dancing through Maturity" no 1º Seminário Internacional "Dança na Maturidade", organizado pelo CEAP – Centro de Estudos em Artes Performativas (Departamento de Educação, Ciências Sociais e Humanidades da FMH) e pelo INET-MD-Pólo FMH da FMH, de 21-24 Outubro de 2010, na FMH.

[2011] Moderadora da Sessão "Experiências e curriculum em dança" no Seminário Internacional "Descobrir a Dança/ Descobrimo através da Dança", organizado pelo CEAP – Centro de Estudos em Artes Performativas (Departamento de Educação, Ciências Sociais e Humanidades da FMH) e pelo INET-MD-Pólo FMH da FMH, de 10/13 de Novembro de 2011, na FMH.

[2012] Participação no Seminário sobre Património Imaterial. Organização INET-MD. Coordenação e direção científica, Daniel Tércio. FMH. Cruz Quebrada: 27 Janeiro 2012.

### **5.7. Participação em cursos de especialização artística e tecnológica**

[2009] Participação no 1º Curso de Formação integrada em E-Learning FIEL01, com duração de 4 meses, em ambiente online. Objetivos do curso: aquisição e/ou desenvolvimento de competências para a docência em ambientes online, utilização de recursos tecnológicos, domínio de diferentes modalidades de comunicação online, mobilização de competências de organização, gestão e avaliação de informação em ambiente online e misto (*blended*); compreensão do papel do professor nos processos de aprendizagem com recurso a ambientes virtuais; conceção e desenho de atividades para aprendizagem online; integração das competências adquiridas ao longo do curso e sua aplicação na conceção de um projeto de unidade curricular que combine o trabalho

presencial com uma complementaridade online. Organização: Reitoria da Universidade Técnica de Lisboa e Universidade Aberta. Formador José Mota. Março a Junho 2009.

[2010] Participação na formação da Biblioteca do Conhecimento Online – b-on sobre Acesso Livre\_RCAAP (Repositório Científico de Acesso Aberto de Portugal), módulo 3, com duração de 3h. Recursos b-on em Livre Acesso. O movimento do Livre Acesso. O Projeto RCAAP e os repositórios institucionais. Organização: Biblioteca do Conhecimento Online. Reitoria da Universidade Nova de Lisboa. Lisboa: dia 13 de Abril de 2010.

[2010] Participação na Ação de Formação sobre Microsoft Excel Avançado, com duração de 8h, sob a orientação de Vítor Lucas. Organização: Reitoria da Universidade Técnica de Lisboa. Lisboa: 5 e 6 de Maio de 2010.

[2010] Participação no Seminário "The Dynamics of Skill Acquisition in Sports" organizado pelo Biolab/ CIPER, conduzido pelo Professor Keith Davids. FMH, 13 Julho 2010.

[2010] Participação no 15º festival internacional de danças populares, Andanças 2010. Organização: Associação PédeXumbo. Carvalhais, São Pedro do Sul. Lisboa: dias 2 a 8 de Agosto de 2010.

[2010] Participação, através de transmissão ao vivo, no III Seminário Internacional sobre dança, teatro e performance, Grupo poéticas tecnológicas. Salvador, Bahia, Brasil: 3-6 Novembro 2010.

[2010] Participação no 1º Seminário Análise de Ideias de Investigação, com duração de 4h. Organização: Reitoria da Universidade Técnica de Lisboa em parceria com Idea Puzzle. Coordenação e direção científica: Ricardo Morais. Lisboa: 16 junho de 2010.

[2010] Participação no workshop com a coreógrafa de Taiwan, Su Wen-Chi. Organização: *InShadow*, 3º Festival Internacional de Vídeo, Performance e Tecnologias. Estúdio A, FMH: dia 10 de Dezembro de 2010.

## **5.8. Formador em Curso Profissional/Protocolo com Universidade**

[2007] Formadora convidada como especialista de dança para dar formação em dança moderna e danças internacionais no X Encontro Regional de Clubes do Desporto Escolar - núcleos Atividades Rítmico-Expressivas. Vila do Porto, Ilha de Santa Maria, Açores.

## **5.1. Organização/coordenação de seminários/conferências**

[2007] Membro da comissão organizadora da Conferência Internacional "Technologically Expanded Dance" | TeDance. Organização: Departamento de Dança da Faculdade de Motricidade Humana - UTL e pela Culturgest. Coordenador: Daniel Tércio. Culturgest: 22 a 24 Novembro 2007.

[2011] Membro da comissão organizadora do Seminário Internacional "Descobrir a Dança/ Descobrimo através da Dança" | SIDD2011 e 1º Encontro Nacional da DaCi (Dance and the Child International) Portugal. Organização: CEAP – Centro de Estudos em Artes Performativas do Departamento de Educação, Ciências Sociais e Humanidades da Faculdade de Motricidade Humana. Coordenador: Elisabete Monteiro. FMH: 10 a 13 Novembro 2011.

## **5.1. Coordenação de Programa Intervenção na Comunidade**

[2008] Coordenação do VI Workshop "Dança em Cascais" com a duração de 3 semanas. Projeto de extensão universitária de ocupação dos tempos livres para jovens a partir dos 15 anos e que integrou um conjunto de oficinas de dança dirigido ao público jovem daquele concelho. Para além dos objetivos lúdico-culturais, a ação constituiu um ensejo para divulgar os programas de ensino em dança realizados na FMH e atrair estudantes

para a licenciatura da especialidade. Organização: Divisão da Juventude da C.M. Cascais e FMH. Escola de S. João do Estoril, 7 a 24 de Julho 2008.

[2009] Coordenação do VII Workshop "Dança em Cascais" com a duração de 3 semanas. Projeto de extensão universitária de ocupação dos tempos livres para jovens a partir dos 15 anos e que integrou um conjunto de oficinas de dança dirigido ao público jovem daquele concelho. Para além dos objetivos lúdico-culturais, a ação constituiu um ensejo para divulgar os programas de ensino em dança realizados na FMH e atrair estudantes para a licenciatura da especialidade. Organização: Divisão da Juventude da C.M. Cascais e FMH. Escola de S. João do Estoril, 6 a 25 de Julho 2009.

[2011] Coordenação da 1ª edição da atividade Dança na Universidade que contribui para o programa "À Descoberta do Movimento Humano", colaboração da Faculdade de Motricidade Humana na iniciativa da UTL "Verão na Técnica", uma iniciativa que proporciona aos jovens a oportunidade de conhecerem e experimentarem o ritmo e o espírito da vida académica. Iniciativa destinada aos alunos que transitam para o 3º ciclo e para o secundário, tem vários programas à escolha com atividades de carácter científico, lúdico e desportivo em duas semanas durante o mês de Julho. Coordenação do programa À Descoberta do Movimento Humano: Miguel Moreira/FMH. Coordenação da atividade Dança na Universidade: Maria João Alves/FMH. Faculdade de Motricidade Humana: 4 a 15 de Julho de 2011.

[2012] Coordenação da 2ª edição da atividade Dança na Universidade que contribui para o programa "À Descoberta do Movimento Humano", colaboração da Faculdade de Motricidade Humana na iniciativa da UTL "Verão na Técnica", uma iniciativa que proporciona aos jovens a oportunidade de conhecerem e experimentarem o ritmo e o espírito da vida académica. Iniciativa destinada aos alunos que transitam para o 3º ciclo e para o secundário, tem vários programas à escolha com atividades de carácter científico, lúdico e desportivo em duas semanas durante o mês de Julho. Coordenação do programa À Descoberta do Movimento Humano: Miguel Moreira/FMH. Coordenação da atividade

Dança na Universidade: Maria João Alves/FMH. Faculdade de Motricidade Humana: 2 a 6 de Julho de 2012.

## **5.2. Criação ou participação em projetos de criação de obra coreográfica ou performativa com apresentação pública**

[2007] Composição da coreografia "Soup" para os alunos da disciplina de Técnicas de Dança Teatral III na 1ª Mostra de Dança da FMH, apresentação pública dos trabalhos coreográficos realizados no âmbito da licenciatura em dança da FMH. Pavilhão Esteiros, 21 de Dezembro 2007.

[2008] Composição da coreografia "Zupa" para os alunos da disciplina de Técnicas de Dança Teatral IV na 2ª Mostra de Dança da FMH, apresentação pública dos trabalhos coreográficos realizados no âmbito da licenciatura em dança da FMH. Auditório Fernando Lopes Graça, Parque Palmela, Cascais, 30 de Maio 2008.

[2008] Composição da coreografia "Sissone Assemblé" para os alunos da disciplina de Técnicas de Dança Teatral II na 2ª Mostra de Dança da FMH, apresentação pública dos trabalhos coreográficos realizados no âmbito da licenciatura em dança da FMH. Auditório Fernando Lopes Graça, Parque Palmela, Cascais, 30 de Maio 2008.

[2008] Direção artística do espetáculo "O segredo" e participação na composição coletiva de criação dos momentos de transição em coautoria com os docentes implicados no VI Workshop "Dança em Cascais". Auditório Fernando Lopes Graça, Parque Palmela, Cascais, 24 de Julho 2008.

[2009] Composição da coreografia "Adagio ma non troppo" para os alunos da disciplina de Técnicas de Dança Teatral II na 4ª Mostra de Dança da FMH, apresentação pública dos

trabalhos coreográficos realizados no âmbito da licenciatura em dança da FMH. Cineteatro do Casino do Estoril, Estoril, 22 de Maio de 2009.

[2009] Composição da coreografia "Pleading" para os alunos da disciplina de Técnicas de Dança Teatral IV na 4ª Mostra de Dança da FMH, apresentação pública dos trabalhos coreográficos realizados no âmbito da licenciatura em dança da FMH. Cineteatro do Casino do Estoril, Estoril, 22 de Maio de 2009.

[2009] Direção artística do espetáculo "A Luz" e participação na composição coletiva de criação dos momentos de transição em coautoria com os docentes implicados no VII Workshop "Dança em Cascais". Auditório do Externato Nª Srª do Rosário, Cascais, 24 de Julho 2009.

[2009] Composição da coreografia "Taniec Noël" para os alunos da disciplina de Técnicas de Dança Teatral III – dança clássica, na 5ª Mostra de Dança da FMH, apresentação pública dos trabalhos coreográficos realizados no âmbito da licenciatura em dança da FMH. Ginásio B da FMH, 19 de Dezembro de 2009.

[2009] Composição da coreografia "3 por 4" para os alunos da disciplina de Técnicas de Dança Teatral III – dança moderna, na 5ª Mostra de Dança da FMH, apresentação pública dos trabalhos coreográficos realizados no âmbito da licenciatura em dança da FMH. Ginásio B da FMH, 19 de Dezembro de 2009.

[2010] Composição da coreografia "*pas de grupo*" para os alunos da disciplina de Técnicas de Dança Teatral II – dança clássica, na 6ª Mostra de Dança da FMH, apresentação pública dos trabalhos coreográficos realizados no âmbito da licenciatura em dança da FMH. Ginásio B da FMH, 28 de Maio de 2010.

[2010] Composição da coreografia "diagonal" para os alunos da disciplina de Técnicas de Dança Teatral II – dança moderna, na 6ª Mostra de Dança da FMH, apresentação pública dos trabalhos coreográficos realizados no âmbito da licenciatura em dança da FMH. Ginásio B da FMH, 28 de Maio de 2010.

[2011] Composição da coreografia "Pespontos" para os alunos da disciplina de Técnicas de Dança Teatral III – dança moderna, na 7ª Mostra de Dança da FMH, apresentação pública dos trabalhos coreográficos realizados no âmbito da licenciatura em dança da FMH. Ginásio B da FMH, 14 Janeiro 2011.

[2011] Composição da coreografia "Oitos" para os alunos da disciplina de Técnicas de Dança Teatral IV – dança moderna, na 8ª Mostra de Dança da FMH, apresentação pública dos trabalhos coreográficos realizados no âmbito da licenciatura em dança da FMH. Auditório Fernando Lopes Graça, Parque Palmela, Cascais, 24 de Junho 2011.

[2011] Composição da coreografia "Souflé" para os alunos da disciplina de Técnicas de Dança Teatral II – dança clássica, na 8ª Mostra de Dança da FMH, apresentação pública dos trabalhos coreográficos realizados no âmbito da licenciatura em dança da FMH. Auditório Fernando Lopes Graça, Parque Palmela, Cascais, 24 de Junho 2011.

[2011] Composição da coreografia "Traços" para os alunos da disciplina de Técnicas de Dança Teatral III – dança moderna, na 9ª Mostra de Dança da FMH, apresentação pública dos trabalhos coreográficos realizados no âmbito da licenciatura em dança da FMH. Ginásio B da FMH, 19 de Dezembro 2011.

[2011] Composição da coreografia "Roll and roll and ..." para os alunos da disciplina de Práticas de Intervenção em Dança, na 9ª Mostra de Dança da FMH, apresentação pública dos trabalhos coreográficos realizados no âmbito da licenciatura em dança da FMH. Ginásio B da FMH, 19 de Dezembro 2011.

[2012] Composição da coreografia "Temps Levés" para os alunos da disciplina de Técnicas de Dança Teatral II – dança clássica, na 10ª Mostra de Dança da FMH, apresentação pública dos trabalhos coreográficos realizados no âmbito da licenciatura em dança da FMH. Auditório Fernando Lopes Graça, Parque Palmela, Cascais, 30 de Maio 2012.



Relatório quinquenal FMH  
2007-2012

[2012] Composição da coreografia "Modern Things" para os alunos da disciplina de Técnicas de Dança Teatral IV – dança moderna, na 10ª Mostra de Dança da FMH, apresentação pública dos trabalhos coreográficos realizados no âmbito da licenciatura em dança da FMH. Auditório Fernando Lopes Graça, Parque Palmela, Cascais, 30 de Maio 2012.

## **6. Atividades de gestão universitária**

Ao longo da actividade profissional desenvolvida na Faculdade de Motricidade Humana, nota-se uma participação activa na vertente de gestão da instituição, particularmente ao nível da gestão do curso de 1º ciclo.

### **6.1. Unidades e Coordenação de Cursos**

#### **6.1.1. Coordenador de Curso de 1º, 2º ou 3º Ciclos**

[ano letivo 2009/2010 (a partir de Janeiro de 2010) até ao presente] Coordenadora adjunta da licenciatura em dança. Estando ativamente envolvida nas seguintes tarefas: Preenchimento on-line na plataforma A3es, dos Pedidos de Acreditação Preliminar 1º ciclo Ciclos de Estudos em dança em Funcionamento; Reuniões trimestrais com os coordenadores de anos, delegados dos estudantes da licenciatura e também com o coordenador de departamento; Processo de conversão aos ECTS Label, com o reenchimento das fichas específicas das disciplinas das minhas regências e verificação do preenchimento das respetivas fichas on-line; coordenação dos workshops no âmbito de intercâmbio dos professores ERASMUS; workshops abertos à comunidade; controlo do bom funcionamento de materiais, instalações e recursos humanos; aferições da distribuição de serviço em função das limitações que surgiram como licenças sabáticas e doença prolongada da professora Joceline Delimbeuf; colaboração na realização dos horários (recolhendo informação específica dos professores do curso de dança, nomeadamente tipologia de aulas, turmas a que irá lecionar; número de horas de leção; salas, observações) e dos mapas de exames; Atualização das áreas científicas nos respetivos planos de estudo, de acordo com as novas áreas disciplinares decididas pela Escola: Biologia da atividade física (BAF); Psicologia e comportamento motor (PCM); Pedagogia e metodologias de intervenção nas atividades motoras (PMI); Sociologia, estudos culturais, e gestão das atividades físicas e do desporto (SEG); Matemática aplicada e estatística (MAE);

Coordenação das Atividades de Receção aos Novos Alunos (reunião geral com coordenadores de ano do curso e delegados, peddy paper de reconhecimento das instalações); Conclusão do processo de atualização do catálogo de Cursos e respetivos ECTS; e resolução de problemas no âmbito do funcionamento pedagógico,

### **6.1.2. Coordenador de Ano**

[2007/2008] Coordenadora do 2º ano da Licenciatura em Dança

[2009/2010] Coordenadora do 2º ano da Licenciatura em Dança.

A partir do ano letivo 2010/2011, ao ter assumido a coordenação adjunta da licenciatura em dança em parceria com a coordenadora Margarida Moura, decidimos pela não acumulação de funções, sendo que uma vez que já estamos a desempenhar a função de coordenação de 1º ciclo, não faz sentido acumular a função de coordenador de ano.

### **6.2. Outros Cargos**

[2008] Membro do júri de pré-requisitos de acesso à licenciatura em Dança.

[2009] Membro do júri de pré-requisitos de acesso à licenciatura em Dança.

[2010] Responsável pelo intercâmbio FMH-St. John University de York, U.K., ao abrigo do Programa Erasmus que implicou a visita de 2 docentes e de um grupo de 13 estudantes do 3º ano da Licenciatura de Dança da Universidade de St. John à FMH.

[2010] Membro do júri de pré-requisitos de acesso à licenciatura em Dança.

[2010/2011] Membro do Júri de seleção e de seriação das candidaturas ao Mestrado Performance Artística – Dança.

[2011] Membro do júri de avaliação dos Bolseiros de Iniciação à Investigação Científica – Pedro Filipe Fidalgo Marques e João Pedro Cristóvão Leitão - ref<sup>o</sup> BII2010-FCSH/INET-MD/PÓLO FMH – no âmbito do Projeto Plurianual designado "Etnocoreologia e Estudos Culturais em Dança", cofinanciado pela Fundação para a Ciência e a Tecnologia.

[2011/2012] Membro do Júri de seleção e de seriação das candidaturas ao Mestrado Performance Artística – Dança.

[2012] Membro do júri de pré-requisitos de acesso à licenciatura em Dança.

### **6.2.1. Membro de Júri de Prova de Doutoramento**

[2011] Membro do júri da prova de Doutoramento em Motricidade Humana, na especialidade de Dança, requerida pelo mestre Stephan Ferdinand Jürgens, intitulada "Uma metodologia de transferências bidireccionais entre a Dança Contemporânea e as Tecnologias Multimédia". FMH, 11 de Outubro de 2011. Orientação: Daniel Tércio/FMH.

[2011] Membro do júri como arguente principal da prova de Doutoramento em Ciências do Desporto, pela Escola de Ciência da Vida e do Ambiente da Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro/ UTAD requerida pela mestre Ana Isabel Carvalho da Cruz Ferreira Matos, intitulada "Efeitos do método de Pilates em populações saudáveis". UTAD, 13 de Dezembro de 2011. Orientadores: Professor António Martins da Silva/UTAD e Professor Jorge Fernandes/Universidade de Évora.

### **6.2.2. Membro de Júri de Prova de Mestrado**

[2010] Membro do júri da prova de mestrado em Performance Artística - Dança requerida pelo licenciado Luís Miguel Domingues Ferreira Silva, intitulada "Caracterização do esforço e comportamento motor em dança: Relação aula, ensaio e espectáculo de uma companhia profissional". 7 de Junho de 2010. Orientador: Professor Luís Xarez da FMH.

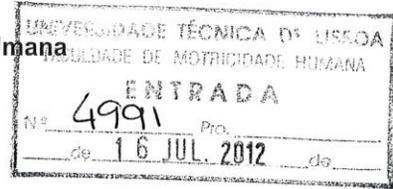
[2010] Membro do júri da prova de mestrado em Performance Artística - Dança requerida pela licenciada Aline Veiga Loureiro, intitulada "A expressividade do corpo-sujeito na composição coreográfica: Um estudo de caso". 21 de Dezembro de 2010. Orientadora: Professora Elisabete Monteiro da FMH.

[2010] Membro do júri da prova de mestrado em Performance Artística - Dança requerida pela licenciada Nanci Aparecida da Rosa, intitulada "'Programa dançando na escola': Estudo da influência da prática de dança nos comportamentos psico-sociais, afetivos e cognitivos de jovens estudantes". Novembro 2010. Orientadora: Professora Ana Macara da FMH.

[2010] Membro do júri do relatório final de projeto pedagógico do mestrado em Metodologias do Ensino da Dança da Escola Superior de Dança, requerida pela licenciada Carla Patrícia Botelho Fernandes, intitulado "Técnica de dança contemporânea: Desenvolvimento de competências técnicas e artísticas específicas em jovens adultos, visando uma candidatura à Escola Superior de Dança de Lisboa". 15 de Dezembro de 2010. Orientadora: Professora Cristina Graça da Escola Superior de Dança do Instituto Politécnico de Lisboa/ ESD-IPL.



Exmo. Presidente da Faculdade de Motricidade Humana  
Prof. Doutor Carlos Neto



Tendo em vista a actualização de conhecimentos proporcionando aos profissionais que exercem no âmbito do exercício e saúde uma resposta mais qualificada na sua intervenção, propõe-se a realização de um curso breve destinados a licenciados em Ciências do Desporto ou áreas afins e/ou profissionais com pelo menos 3 anos de experiência em instituições com serviços na área do fitness.

Com os melhores cumprimentos.

Fátima Baptista

CQ, 12 de Julho de 2012

Solicita-se a apreciação  
pelo Conselho Científico, pelo Conselho  
Pedagógico e pelo Conselho de Gestão.  
Fátima  
18/7/12

Para o Presidente do  
Conselho de Gestão  
Fátima  
18/7/12

CUMPRIDO DESTACADO  
A 18 JUL 12  
Cunha Lopes

## ***Avaliação da Aptidão Física - Curso Breve***

### RECEITAS PREVISTA

35 inscrições x 100 euros/inscrição ..... 3500 €

### DESPESAS PREVISTAS

Equipamento..... 1500 €

Missões..... 500 €

Publicações ..... 450 €

Outros custos (overheads FMH 30%) ..... 1050 €

---

**TOTAL**..... 3500 €

---

Fátima Baptista

CQ, 12 de Julho de 2012

## **Avaliação da Aptidão Física - Curso Breve**

### **Data**

12 e 13 de Outubro de 2012. 12 de Outubro das 14H30 às 19H00; 13 de Outubro das 9H30-13H00 e das 14H30-18H00, com 30 minutos de intervalo a meio de cada um dos três blocos. Carga horária total – 10H00

### **Coordenador do Curso**

---

Fátima Baptista, Doutorada em Motricidade Humana pela Universidade Técnica de Lisboa, na especialidade de Saúde e Condição Física. Regente das disciplinas de *Avaliação da Aptidão Física e do Bem-estar; Exercício, Envelhecimento e Saúde; A Mulher e o Exercício*, na Faculdade de Motricidade Humana.

### **Destinatários**

Licenciados em Ciências do Desporto ou áreas afins e/ou profissionais com pelo menos 3 anos de experiência em instituições com serviços na área do fitness.

### **Objectivos**

Actualização de conhecimentos tendo em vista uma resposta qualificada dos profissionais que exercem no âmbito do exercício e saúde. Atribuição de certificado de participação.

### **Pré-inscrição**

A pré-inscrição é efectuada online ..... de 23 de Julho a 21 de Setembro, através de preenchimento e envio de formulário para .....

### **Seleção dos participantes**

A seleção dos participantes é realizada de 24 a 28 de Setembro, por ordem da pré-inscrição após verificação dos requisitos (máximo: 35 participantes – mínimo: 20 participantes). Notificação através de e-mail.

### **Inscrição**

---

De 1 a 5 de Outubro, com comprovação do grau de licenciado e/ou experiência profissional

## **Formas de Pagamento**

---

### Transferências bancárias:

Conta: 0044066160330

Banco: CGD

Balcão: Algés

### Transferências interbancárias:

NIB: 003500440006616033070

### Transferências internacionais:

BIC: CGDIPTPL

IBAN: PT50 003500440006616033070

### Cheques:

Devem ser preenchidos à ordem da FMH e enviados por correio para o Secretariado da Unidade de Exercício e Saúde, Faculdade de Motricidade Humana, Estrada da Costa, 1499-002 Cruz Quebrada. Pagamento no local das 10H30-13H00 e das 14H00-17H30.

### Cartões de crédito:

Os dados devem ser unicamente enviados por fax, para a FMH

**Recibo referente ao pagamento da inscrição entregue durante o evento.**

## **Material de Apoio on line**

---

Acesso disponibilizado aos participantes inscritos no respectivo curso.

## **Secretariado**

---

....

## **Programa**

---

Programa dividido em curso teórico-prático (8H00: 4H00 no dia 12/10 + 4H00 no dia 13/10 de manhã) realizado em sala de aula e em curso prático (4H00 no dia 13/10 de tarde) realizado em sala de exercício com 30 minutos de intervalo a meio de cada um dos três blocos do curso. O curso consiste na apresentação e fundamentação dos protocolos e procedimentos de avaliação da aptidão e da actividade física. O programa inclui os seguintes conteúdos:

### **Procedimentos Prévios à Avaliação**

Linhas de orientação gerais para a avaliação inicial; estratificação do risco; consentimento informado e atestado médico.

### **Avaliação da Aptidão Física**

Métodos de avaliação da composição corporal (IMC, pregas, perímetro da cintura e bioimpedância); determinação da percentagem de massa gorda; cálculo do peso desejável; métodos de avaliação da força e da resistência muscular (prensa de peito no banco, prensa de pernas, extensões de braço e abdominais); métodos de avaliação da flexibilidade (senta e alcança – teste do YMCA); métodos de avaliação da capacidade cárdio-respiratória e estimação do  $VO_2\text{max}$  a partir de provas sub-máximas (ciclo-ergómetro, passadeira rolante e banco); determinação da pressão arterial e da frequência cardíaca em repouso e em esforço; critérios de interrupção de uma prova de esforço

### **Avaliação da Actividade Física**

Métodos de avaliação da actividade física – questionários (IPAQ) e pedómetros.

### **Produção de Relatórios**

Informação necessária para a produção de um relatório. Valores de referência a considerar tendo em vista a interpretação dos resultados.