

Mestrado • Lisboa

TREINO DESPORTIVO



Direção

Luís Fernandes Monteiro
p625@ulusofona.pt

Secretariado

Inês Sousa
efd.mestrados@crm.ulusofona.pt

Duração

2 Anos

Créditos

120 ect

Apresentação

Mestrado em Treino Desportivo Ser treinador significa exercer uma função aliciante, apaixonante até, com elevado grau de exigência. Pelo seu significado e consequências individuais e sociais, pelo lugar central que ocupa no desenvolvimento desportivo, requerem-se treinadores competentes; treinadores com saberes e competências amplos e profundos, nomeadamente nos planos técnico-científico e pedagógico-didático, de modo a garantir a formação adequada do desportista, quaisquer que sejam as circunstâncias e etapas do seu desenvolvimento. Num momento de busca de soluções a nível europeu e nacional sobre a formação de treinadores, este Curso pretende dar um forte contributo na definição e aquisição de competências, em função da natureza de intervenção: formação de jovens desportistas ou alto rendimento, na modalidade desportiva escolhida pelo estudante. À organização curricular (comum e diversa), bem como ao conteúdo das Unidades Curriculares preside uma conceção holística do sistema de treino desportivo, no respeito da singularidade e especificidade da situação de intervenção.

PLANO DE ESTUDOS

1º Ano / Tronco comum

Semestral	ects	1º Semestre	ects	2º Semestre	ects
Opção 1	20	Observação e Análise Técnico-Táctica	6	Métodos e Técnicas de Investigação em Desporto	8
		Teoria e Metodologia do Conhecimento Científico	4	Organização e Planeamento do Treino e Competição	8
		Treino das Capacidades Motoras e Técnico-Táticas	8	Treino e Desenvolvimento de Competências Psicológicas	6

2º Ano / Especialização em Alto Rendimento Desportivo

Anual	ects
Dissertação ou Estágio em Alto Rendimento Desportivo	60

2º Ano / Especialização em Formação do Jovem Desportista

Anual	ects
Dissertação ou Estágio em Formação do Jovem Desportista	60