



Desporto

ÉSTUDO NA ESCOLA DO RIO num curso técnico
PROFISSIONAL



**ENTRA NA ONDA
E VEM TER
À ESCOLA DO RIO**

Contactos

Agrupamento de Escolas de Barcelos
Avenida João Paulo II
4750-304 Barcelos
Tlf: 253 809 360 Tlm: 937 705 160
Coordenadas GPS: 41°31'43"N 8°36'48"W
<http://www.esbarcelos.pt>
<http://www.aebarcelos.pt>

Escola Secundária de Barcelos

DISCIPLINAS	1.º ANO				2.º ANO				3.º ANO				TOTAL			
	Horas de Formação				Horas de Formação				Horas de Formação				Horas de Formação			
	Plano Curricular	N.º	Código	Designação	Plano Curricular	N.º	Código	Designação	FCT	Plano Curricular	N.º	Código	Designação	FCT	Plano Curricular	FCT
Português	03				01					09					03	
Língua Estrangeira II	72				72					76					03	
Área de Integração	72				76					76					03	
Educação Física	44				48					48					42	
Tecnologias da Informação e Comunicação	00				0					0					00	
Matemática	05				05					0					00	
Psicologia	00				0					0					00	
Estudo do Movimento	00				00					0					00	
Sociocultural - Científica	725				490					208					600	
Organização e Desenvolvimento do Desporto	05				05					0					0	
	25	2	8438	Didática do desporto	25	1	8424	Pedagogia do desporto								
	50	5	8430	Teoria e metodologia do treino desportivo	25	3	8426	Psicologia do desporto - aprendizagem e desenvolvim. humano								
	25	21	4209	O jogo	50	4	8427	O corpo humano nutrição e doping								
	25	23	7246	Atividade física em populações especiais	25	6	7250	Ética e Deontologia no Desporto								
Desportos Individuais e Coletivos	05				150					200					475	
	25	12	8444	Voleibol iniciação	50	10	8442	Hóquei em patins - metodologia da patinagem		50	16	8448	Ténis iniciação		50	
	25	13	8446	Ginástica elementos técnicos gerais	25	16	8447	Natação - adaptação ao meio aquático		25	7	8429	Andebol - iniciação		25	
	25	9	8441	Futebol iniciação	25	17	8449	Ténis de mesa		25	9	8440	Basquetebol iniciação		25	
	25	07	8502	Futebol - leis de jogo e organização do futebol	25	08	8500	Futebol - técnico-tática	25	25	11	8443	Rugby iniciação		25	
	25	14	8448	Atletismo iniciação	25	04	8489	Futebol - metodologia do treino	25	25	02	8487	Futebol - caracterização do esforço		25	
Desportos de Academia	100				100					160					260	
	25	20	8487	Ginástica localizada a aula	50	25	8454	Ginástica aeróbica a aula		50	24	8482	Stop - a aula			
	25	29	8488	Ginástica localizada metodologia	50	27	8456	Ginástica aeróbica - montagem coreográfica		50	28	8458	Stop - montagem coreográfica			
	25	30	8489	Cardiofitness e musculação: equipamentos e exercícios						50	21	8628	Metodologia das atividades body & mind			
Desportos de Natureza	25				50					50					125	
	25	20	8482	Remo	50	19	8480	Orientação aplicada		50	10	8480	Escalada e manobras de cordas			
Tecnológica	375				425					400						
Socio-Técnica	100				95					85						
Formação em Contexto de Trabalho					105			FCT 1		105			FCT 2		45	600
					25					25					45	300
TOTAL	1100		1.º ANO		1100		2.º ANO		105	1100		3.º ANO		45	2700	600

COMPETÊNCIAS PROFISSIONAIS

Elaborar o plano anual de preparação em colaboração com os técnicos de grau superior responsáveis pela modalidade desportiva; Coadjuvar na preparação e organização das sessões de treino e aconselhamento aos praticantes na adoção de hábitos saudáveis e de cuidados de higiene na sua vida quotidiana; Organizar a participação e orientar, com supervisão de um técnico de grau superior, as sessões de treino com vista ao aperfeiçoamento dos praticantes na modalidade desportiva; Participar, sob supervisão de um técnico de grau superior, no planeamento e coadjuvar na implementação de atividades, individuais ou de grupo, de melhoria da aptidão física, no âmbito do treino desportivo; Armazenar e assegurar o estado de conservação das matérias-primas utilizadas no serviço; Participar na conceção e implementação de programas de atividades físicas e desportivas em contexto de animação e de ocupação de tempos livres.

PERFIL DE SAÍDA

É o profissional que está apto a participar no planeamento, na organização e no desenvolvimento do treino de modalidades desportivas, individuais ou coletivas, bem como organizar e dinamizar atividades físicas e desportivas em contexto de ocupação de tempos livres, animação e lazer.

O NOSSO LEMA

O nosso objetivo é um ensino de qualidade que se concentre no desenvolvimento académico, social e pessoal dos nossos alunos.

SAÍDAS PROFISSIONAIS

- Entidades com atividades de animação socio desportiva e lazer;
- Clubes e associações desportivas, recreativas e de desenvolvimento local;
- Empresas de atividades desportivas, de turismo e lazer;
- Entre outras.