



Ciclo de estudos	Study programme
[9084] Licenciatura em Educação Social	[9084] Undergraduate Degree on Social Education
Designação da unidade curricular	Title of curricular unit
[2577] Educação pelo Movimento	[2577] Education for Movement
Ano curricular	Curricular year
1º	1 <sup>st</sup>
Período letivo	Period
2º Semestre	2 <sup>nd</sup> Semester
ECTS	ECTS
4	4
Horas de Contacto	Contact Hours
Total: 48:00	Total: 48:00
Docente Responsável	Responsible Teacher
MARIA TERESA FERNANDES COUCEIRO	MARIA TERESA FERNANDES COUCEIRO
Objetivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes)	Learning outcomes of the curricular unit
Compreender a importância da atividade física para o desenvolvimento motor em todos os escalões etários.	Understand the importance of physical activity for motor development at all age levels.
Adquirir conhecimentos relacionados com a organização de ações no âmbito desportivo.	Acquire knowledge related to the organization of actions in the field of sports.
Despertar o interesse pelas atividades mais tradicionais, aplicando-as de modo a promover o desenvolvimento sócio-cultural da criança, do jovem e do idoso.	Awaken the interest for more traditional activities, applying them in order to promote the socio-cultural development of the child, the young and the elderly people.
Conteúdos programáticos	Syllabus
Organização e Planeamento de Ações de Animação Desportiva: tipos de ações de animação desportiva	Organization and planning of Actions Sport animation: types of sports animation actions
Desenvolvimento do Ser Humano:	Development of the human being:
Fases do desenvolvimento motor	Stages of motor development
Aquisições motoras da Criança	The child's motor acquisitions
Habilidades motoras básicas	Motor Plan Organization:
Organização do Plano Motor:	Basic motor skills-conditional and coordinative purposes and its sensitive phases
Capacidades motoras básicas - coordenativas e condicionais e suas fases sensíveis	Practical approach of these capabilities
Abordagem prática destas capacidades	Physical education in children and Youth:
Educação Física na Criança e no Jovem:	Goals of physical education programs for children and young people
Objetivos dos programas de educação física para a criança e para o jovem	Methodological aspects of work with children and young people
Aspetos metodológicos no trabalho com crianças e jovens	Physical activity in the elderly:
Atividade Física na 3ª Idade:	Key benefits of physical activity in the elderly
Principais benefícios da atividade física nos idosos	Pathologies and physical activity



Patologias e atividade física	Program goals of physical activity in the elderly and methodological aspects
Objetivos dos programas da atividade física nos idosos e aspetos metodológicos	
Didática da Motricidade Geral:	Didactics of General Kinetics:
Planeamento de unidade didática	Planning of didactic unit
Organização e planeamento de atividades de acordo com os diversos escalões etários: criança, jovem e idoso	Planning and organization of activities according to the various age groups: children, young and elderly people
Abordagem Prática das diversas modalidades.	Practical approach of the various sportive modalities.
<b>Metodologias de ensino (avaliação incluída)</b>	<b>Teaching methodologies (including evaluation)</b>
Estratégias e recursos utilizados:	Strategies and resources:
Exposição	Oral presentations
Debate	Debate
Trabalho de grupo	Group work
Visita a uma instituição social	Visiting a social institution
Formas de avaliação e respetiva ponderação:	Forms of assessment and their weighting:
A avaliação resulta da apreciação de dois trabalhos teórico-práticos de grupo (60%) e de um teste individual (40%). Um trabalho de grupo incidirá sobre a planificação de uma ação de animação desportiva dirigida a um determinado contexto social (30%) e o outro trabalho sobre a construção da coreografia e respetiva apresentação de uma dança para crianças (30%).	The evaluation results from the assessment of two theoretical-practical work group (60%) and of an individual test (40%). One group work will focus on the planning of a sports animation action aimed at a particular social context (30%) and other on the elaboration of the choreography and its presentation of a dance for children (30%).
<b>Bibliografia de consulta/existência obrigatória / Mandatory consultation/existence bibliography:</b>	
BAÑUELOS, F.S. , (1986), Didáctica de la Educación Física y el Deporte, Madrid, Ed. Gymnos, ISBN 84-85945-31-X	
BENTO, J.O., (1987), Planeamento e Avaliação em Educação Física, Lisboa, Livros Horizonte, ISBN 972-24-1045-8	
CORREIA, P.P.; ESPANHA, M.; BARREIROS, J. , (1999), Envelhecer Melhor com a Actividade Física, Lisboa, Edições F.M.H., ISBN 972-735-064-X	
CRUZ, S ; CARVALHO, L.D.; e outros, (1998), Manual de Educação física - 1º ciclo do Ensino Básico, Lisboa, Edição do Gabinete Coordenador do Desporto Escolar, ISBN 972-9145-88-1	
GEIS, P. P., (1994), Tercera Edad, Actividade Física y Salud - Teoria e Prática, Barcelona, Editorial Paidotribo, ISBN 84-8019-100-7	
MATSUDO, S; MATSUDO, V., (1993), Prescrição e Benefícios da Actividade Física na Terceira Idade, Horizonte IX (54): 221-228, ISSN 0870-0184	
RAMOS, A. L. J.; OLIVEIRA, J. R. ; CARVOEIRA, R. S., (2001), Animação Desportiva para Jovens, Coimbra, Livraria Almedina, ISBN 972-40-1462-2	
<b>Bibliografia Complementar / Complementary Bibliography</b>	
CABRAL, A., (1985), Jogos Populares Tradicionais, Porto, Domingos Barreira.	
GOMES, P. B., e outros, (2000), Educação física no 1º ciclo, Porto, Edições FCDEF-UP e Câmara Municipal do Porto.	
HILDEBRANDT, R.; COSTA, V. L. , (1991), O Desporto em Idade Avançada, Horizonte VII (43): 19-22, ISSN 0870-0184	
HIRTZ, P.; HOLTZ, D. , (1986), Como Aperfeiçoar as Capacidades Coordenativas. Exemplos Práticos, Horizonte III (17): 166-191, ISSN 0870-0184	
MARQUES, A., (1996), A Prática da Actividade Física nos Idosos - as Questões Pedagógicas, Horizonte XIII (74): 11-18, ISSN 0870-0184	
MARTINS, L., (1991), Canções Tradicionais Infantis, Livros Horizonte, ISBN 972-24-0808-9	



MOTA, J., (1993), A Educação da Saúde: as Crianças do séc. XX. Os Idosos do séc. XXI, Horizonte X (58): 143-146, ISSN 0870-0184

PIRES DE LIMA, A. C., (1943), Jogos e Canções Infantis, Coleção Folclore e Pedagogia, Porto.

ZAMBRANA, M., (1991), Desporto na Terceira Idade, Horizonte VII (45): Dossier, ISSN 0870-0184

Versão da FUC

Versão 1 - 21-09-2016

Inválido para efeito de certificação