

Unidade Curricular	Crescimento e Desenvolvimento Motor	Área Científica	Ciências do Desporto
Licenciatura em	Desporto - Minor em Gestão do Desporto	Escola	Escola Superior de Educação de Bragança
Ano Letivo	2020/2021	Ano Curricular	2
Nível	1-2	Créditos ECTS	4.0
Tipo	Semestral	Semestre	1
Código	9563-624-2201-00-20		
Horas totais de trabalho	108	Horas de Contacto	T 30 TP - PL 15 TC - S - E - OT - O -

T - Ensino Teórico; TP - Teórico Prático; PL - Prático e Laboratorial; TC - Trabalho de Campo; S - Seminário; E - Estágio; OT - Orientação Tutoria; O - Outra

Nome(s) do(s) docente(s) Vítor Pires Lopes

Resultados da aprendizagem e competências

No fim da unidade curricular o aluno deve ser capaz de:

1. Compreender o processo de desenvolvimento motor.
2. Conhecer os fenómenos gerais do crescimento dos caracteres morfológicos
3. Perceber a variabilidade do processo de desenvolvimento, crescimento e maturação

Pré-requisitos

Antes da unidade curricular o aluno deve ser capaz de:
Alguns conhecimentos de anatomia e fisiologia

Conteúdo da unidade curricular

Crescimento somático; Maturação biológica; Desenvolvimento das habilidades motoras; As capacidades motoras; Factores reguladores da variação no crescimento, maturação e rendimento desportivo-motor; Prontidão desportiva-motora, períodos sensíveis e treinabilidade; Rendimento desportivo-motor; Actividade lúdico-motora, actividade física, desenvolvimento e saúde

Conteúdo da unidade curricular (versão detalhada)

1. Introdução e enquadramento da UC no plano de estudos
2. Dinâmica da mudança no processo de desenvolvimento
3. Crescimento somático
 - Curvas de crescimento
 - Crescimento osseo-esquelético
 - Crescimento dos tecidos muscular e adiposo
 - Crescimento do sistema nervoso
 - Determinação e regulação do crescimento
4. Maturação biológica
 - Conceito e avaliação
 - Avaliação da maturação óssea
 - Avaliação da maturação sexual
 - Avaliação da maturação somática
 - Variabilidade inter-individual na maturação
 - Actividade física e maturação
 - Predição da estatura adulta
5. Desenvolvimento das habilidades motoras
 - Concepções no desenvolvimento das habilidades
 - Modelo descritivo do processo de desenvolvimento das habilidades
 - Avaliação das habilidades básicas
 - Efeitos do ensino no desenvolvimento das habilidades básicas
6. As capacidades motoras
 - Conceitos e precisões metodológicas
 - Aptidões e desenvolvimento motor
 - Diferenciação das aptidões
 - Aptidão física, aptidão motora e estrutura multidimensional
7. Factores reguladores da variação no crescimento, maturação e rendimento desportivo-motor
 - Introdução ao estudo da variação em traços contínuos
 - Factores do envolvimento
 - Fenómeno de tendência secular
8. Prontidão desportiva-motora, períodos sensíveis e treinabilidade
9. Rendimento desportivo-motor
 - Rendimento desportivo e morfologia
 - Somatótipo e composição corporal
 - O dimorfismo sexual e rendimento desportivo-motor
10. Actividade lúdico-motora, actividade física, desenvolvimento e saúde
 - Características do jogo na criança
 - Espaços de actividade lúdico-motora

Bibliografia recomendada

1. Haywood, k. (2009) Life Span Motor Development. 5ª ed. Human Kinetics. Champaign
2. Lopes, V. P. ; Maia, J. A. R. ; Mota, J. (2000). Aptidões e habilidades motoras. Uma visão desenvolvimentalista. Livros Horizonte. Lisboa
3. Malina, R. M. ; Bouchard, C. (2004). Growth, maturation and physical activity. 2ª ed. Human Kinetics. Champaign

Métodos de ensino e de aprendizagem

Apresentação dos conteúdos programáticos seguidos de discussão. Poderá ser adotado em algumas matérias o método de ensino em sala de aula invertida

Alternativas de avaliação

1. Avaliação continua - (Ordinário, Trabalhador) (Final)
 - Prova Intercalar Escrita - 50% (Teste individual)
 - Prova Intercalar Escrita - 50% (Teste individual)

Alternativas de avaliação

2. Avaliação de Exame 100% - (Ordinário, Trabalhador) (Recurso, Especial)

Língua em que é ministrada

Português

Validação Eletrónica

Vítor Pires Lopes	José Augusto Afonso Bragada	Vítor Pires Lopes	António Francisco Ribeiro Alves
30-09-2020	30-09-2020	30-09-2020	01-10-2020