

Atividades de Outdoor

- **6 ECTS**
- **3.º Ano, 2.º Semestre**

| Área Científica

Ciências do Desporto (CD)

| Objetivos de Aprendizagem

- Demonstrar capacidades técnicas e pedagógicas durante o acompanhamento e enquadramento das diversas atividades de Outdoor
- Promover a aquisição de conhecimentos de organização em diferentes atividades, considerando a especificidade dos locais, materiais e normas de segurança
- Adquirir uma formação sólida e consistente de modo a permitir um melhor domínio em atividades de Outdoor de maior complexidade
- Desenvolver a capacidade de intervenção técnica, pedagógica e sociocultural, durante as fases de promoção, planeamento, enquadramento e avaliação
- Conhecer e dominar, em contexto prático, os conceitos associados à área do desporto de natureza e das atividades desportivas em meio natural
- Adquirir capacidade e conhecimentos para organizar e implementar projetos de Atividades de Outdoor, fora do contexto técnico habitual, com uma forte vertente social, relevantes para as estruturas de fitness ou desportiva..

| Conteúdos Programáticos

1. Introdução às atividades de Outdoor enquadramento no contexto desportivo e das atividades físicas Normas de segurança em Atividades de Outdoor;
2. Regulamento específico, legislação;
3. Boas práticas em bom ambiente;
4. As diferentes modalidades realizadas ao ar livre (Outdoor)
5. Adaptação ao meio ambiente
6. A integração no grupo – domínio da técnica individual e coletiva Locais de prática

7. Planificação, organização e gestão de Atividades de Outdoor
8. Planeamento e gestão de eventos Outdoor
9. Desenvolvimento e implementação de projetos
10. A gestão de um evento desportivo de Outdoor
11. Princípios fundamentais na realização de um evento desportivo de Outdoor
12. Tipologia e classificação de eventos segundo critérios definidos
13. Processo de coordenação e gestão de eventos desportivos de Outdoor
14. Os recursos materiais, humanos e orçamentais.

| Metodologia de Ensino

Nas aulas os estudantes vivenciarão na prática as atividades de Outdoor e aplicarão os conceitos teóricos apreendidos; Os estudantes realizarão investigação relativa a temas em análise e aplicarão na prática em formato de projeto.