

Estágio

- 30 ECTS
- 2.º Ano, 2.º Semestre

| Área Científica

812 – Turismo e Lazer

| Objetivos de Aprendizagem

- Fortalecer competências e atitudes para uma boa integração profissional, no que concerne às relações interpessoais, disponibilidade pessoal e serviço inovador.
- Adquirir um saber pericial das técnicas adaptadas às diferentes atividades de desporto e aventura para permitir a melhor adequação aos públicos-alvo específicos.
- Adquirir técnicas de manutenção e manuseamento dos espaços, equipamentos e utensílios utilizados nas atividades de desporto e aventura.
- Obter domínios de dinamização e comunicação com os grupos, tendo em conta também grupos com deficiência.
- Adquirir técnicas de elaboração de programas de atividades de turismo desportivo e aventura.
- Desenvolver um espírito criativo e crítico nas soluções propostas.

| Conteúdos Programáticos

1. O estágio – Integração.
2. O estágio – regras, avaliação e relatórios.
3. O estágio – preparação, comportamentos, atitudes e competências.
4. O estágio – pesquisa e planificação no contexto desportivo e de aventura e promover a integração nos diferentes contextos.
5. Reconhecimento da entidade de acolhimento: os seus objetivos, organização, estrutura, funcionamento.
6. Observação e prática de atividades de turismo desportivo e de aventura:
 - a) Atividades Terrestres – Jogos; Caminhadas e outras atividades pedestres, passeios e atividades de bicicleta; Tiro com Arco; besta e zarabatana; *Paintball*.
 - b) Atividades Aquáticas – Canoagem e *rafting* (em lagos e rios até classe II), *canyoning*.
 - c) Atividades com cordas – Manobras com cordas e Escalada.

Estes conteúdos serão abordados através da realização, entre outras, das seguintes atividades:

- a) Apresentações individuais em sala da atividade desenvolvida durante a semana de estágio anterior.
- b) Apresentações públicas individuais da atividade desenvolvida durante todo o período de estágio.
- c) Entrega e discussão dos resultados quantitativos do estágio.