

<b>ID</b>	2667
<b>Unidade Curricular</b>	Treino da Técnica e da Tática Desportivas
<b>Regente</b>	César José Duarte Peixoto
<b>Objectivos</b>	<p>Pretende-se que no final da disciplina os alunos dominem:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Os requisitos teórico- metodológicos do treino da técnica e sua influência no desempenho competitivo..</li> <li>2. Os requisitos teórico- metodológicos do treino da tática nos jogos desportivos e/ou nas modalidades desportivas em que este fator se assuma predominante.</li> <li>3. A articulação entre o treino dos diversos fatores do treino e a prioridade que a tática assume no contexto dos jogos desportivos.</li> <li>4. O planeamento e a avaliação do treino técnico e tático na macro e na micro-estrutura do treino.</li> </ol>
<b>Conteúdos Programáticos em Syllabus</b>	<p>Opção Desportos Coletivos</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Conceitos de Tática e Estratégia. Conceitos e amplitude de análise e sistematização.</li> </ol> <p>Combinação tática, esquema tático, circulação tática, sistema de jogo, conceção de jogo, estilo de jogo, modelo de jogo.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2 . Os fundamentos teóricos do ato tático.</li> <li>3. A metodologia do treino da tática.</li> <li>4. A análise do jogo e a preparação tática.</li> <li>5. A avaliação do fator técnico-tático nos jogos desportivos.</li> <li>6. O Treino da técnica nos jogos desportivos.</li> </ol> <p>Opção Desportos Individuais</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Técnica desportiva e modelos de otimização tendo em vista o resultado competitivo</li> <li>2 . Meios e métodos de treino da técnica desportiva</li> <li>3. Processos de avaliação qualitativa</li> <li>4. Processos de avaliação quantitativa</li> <li>5. Periodização do treino da técnica desportiva</li> </ol>
<b>Avaliação</b>	Teste escrito e prova oral

## **Bibliografia**

Reilly, T., Williams, A.M. (2003). Science and Soccer (2nd ed.). London: Routledge.

Hughes, M.; Franks, I. (2008). The essentials of performance analysis. An introduction. New York, Routledge. Taylor & Francis Group.

Hughes, M.; Franks, I. (2004). Notational analysis of sport. Systems for a better coaching and performance in sport (2nd edition). New York, Routledge. Taylor & Francis Group.

Grosser, M., & Neumaier, A. (1986). Técnicas de entrenamiento. Barcelona: Ed. Martínez Roca S.A.

Garcia Manso J (1999). Alto rendimiento. La adaptación y la excelencia deportiva. Madrid: Gymnos Ed..

Jódar, X.A. (1993). Eficacia y técnica deportiva. Barcelona: INDE Publicaciones.