

<b>ID</b>	2719
<b>Unidade Curricular</b>	Dissertação
<b>Regente</b>	N/A
<b>Objectivos</b>	Proporcionar aos estudantes uma experiência orientada no domínio da investigação em Ciências do Desporto, e no âmbito da prática desportiva de Alto Rendimento.
<b>Conteúdos Programáticos em Syllabus</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. O Estudo do Momentum nos Jogos Desportivos.</li> <li>2. O Estudo do Pensamento do Treinador.</li> <li>3. O Estudo dos Momentos Críticos.</li> <li>4. Periodização do Treino, Gestão da Fadiga e Sobretreino.</li> <li>5. Técnica e Desempenho Competitivo em Natação Pura.</li> <li>6. Treino e Avaliação de Atividades Cíclicas de Resistência.</li> <li>7. Modelação do Sucesso;</li> <li>8. Maturação e Performance;</li> <li>9. A Flexibilidade e Força Muscular;</li> <li>10. A Intensidade no Treino da Flexibilidade;</li> <li>11. Avaliação e Controlo do Treino da Força;</li> <li>12. Análise e Avaliação da Eficácia de Exercícios Abdominais;</li> <li>13. Análise Eletromiográfica de Exercícios para o Treino da Força;</li> <li>14. Avaliação e Caracterização da Musculatura do Membro Superior;</li> <li>15. Estudo dos Processos de Coordenação Neuromuscular;</li> <li>16. Relação Treinador-Atleta nos Talentos Desportivos;</li> <li>17. Relação entre a Potência Muscular e Atividades Explosivas realizadas com Membros Inferiores;</li> <li>18. Avaliação da Carga Mecânica no Sistema Músculo-Esquelético na Corrida e na Pedalada.</li> </ol>
<b>Avaliação</b>	A Dissertação final é objeto de apreciação e discussão pública por um júri nomeado pelo Conselho Científico da FMH. A classificação atribuída à dissertação (0-20) pode ser atribuída por unanimidade dos membros do júri ou, na falta dela, pela média das classificações atribuídas individualmente pelos membros do júri.
<b>Bibliografia</b>	A definir com o acordo do coordenador