

ID	2719
Unidade Curricular	Dissertação
Regente	N/A
Objectivos	Proporcionar aos estudantes uma experiência orientada no domínio da investigação em Ciências do Desporto, e no âmbito da prática desportiva de Alto Rendimento.
Conteúdos Programáticos em Syllabus	<ol style="list-style-type: none"> 1. O Estudo do Momentum nos Jogos Desportivos. 2. O Estudo do Pensamento do Treinador. 3. O Estudo dos Momentos Críticos. 4. Periodização do Treino, Gestão da Fadiga e Sobretreino. 5. Técnica e Desempenho Competitivo em Natação Pura. 6. Treino e Avaliação de Atividades Cíclicas de Resistência. 7. Modelação do Sucesso; 8. Maturação e Performance; 9. A Flexibilidade e Força Muscular; 10. A Intensidade no Treino da Flexibilidade; 11. Avaliação e Controlo do Treino da Força; 12. Análise e Avaliação da Eficácia de Exercícios Abdominais; 13. Análise Eletromiográfica de Exercícios para o Treino da Força; 14. Avaliação e Caracterização da Musculatura do Membro Superior; 15. Estudo dos Processos de Coordenação Neuromuscular; 16. Relação Treinador-Atleta nos Talentos Desportivos; 17. Relação entre a Potência Muscular e Atividades Explosivas realizadas com Membros Inferiores; 18. Avaliação da Carga Mecânica no Sistema Músculo-Esquelético na Corrida e na Pedalada.
Avaliação	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.
Bibliografia	A definir com o acordo do coordenador