

ID	3039
Unidade Curricular	Treino da Técnica e da Tática Desportivas
Regente	César José Duarte Peixoto
Objectivos	<p>Dominar os fundamentos teóricos e metodológicos do treino da tática nos jogos desportivos em que este fator do treino se assuma predominante. Conceber o treino num quadro de articulação entre o treino dos diversos fatores e a prioridade que a técnica e a tática assumem no contexto das atividades em que elas são determinantes do rendimento. Conhecer as linhas de investigação, meios e métodos preferencialmente utilizados no estudo das dimensões da Técnica e da Tática nos jogos desportivos.</p> <p>Pretende-se que no final da disciplina os alunos dominem:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Os requisitos teórico-metodológicos do treino da técnica e sua influência no desempenho competitivo.2. Os requisitos teórico-metodológicos do treino da tática nos jogos desportivos e/ou nas modalidades desportivas em que este fator se assuma predominante.3. A articulação entre o treino dos diversos fatores do treino e a prioridade que a técnica e tática assumem no contexto dos jogos desportivos.4. O planeamento e a avaliação do treino técnico e tático na macro e na microestrutura do treino.

**Conteúdos
Programáticos em
Syllabus**

- » Desportos Individuais e Coletivos
 1. Técnica - Rendimento: As fases do movimento
 2. Técnica - Compreensão e Explicação
 3. Métodos e Meios de desenvolvimento
 4. Particularidades da técnica
 5. Técnica versus flexibilidade
 6. Técnica versus coordenação
 7. Técnica versus velocidade
 8. A complexidade do comportamento desportivo
 9. Modelos explicativos do comportamento (Técnico e Tático)
- » Opção Desportos Coletivos
 1. Conceitos de Tática e Estratégia. Conceitos e amplitude de análise e sistematização.
 2. Combinação tática, esquema tático, circulação tática, sistema de jogo, conceção de jogo, estilo de jogo, modelo de jogo
 3. Os fundamentos teóricos do ato tático
 4. A metodologia do treino da tática
 5. A análise do jogo e a preparação tática
 6. A avaliação do fator técnico-tático nos jogos desportivos
 7. O Treino da técnica nos jogos desportivos
- » Opção Desportos Individuais
 1. Técnica desportiva e modelos de otimização tendo em vista o resultado competitivo
 2. Meios e métodos de treino da técnica desportiva
 3. Técnica versus complexidade e componentes físicas
 4. Processos de avaliação qualitativa
 5. Processos de avaliação quantitativa
 6. Periodização do treino da técnica desportiva
 7. Particularidades da Técnica em diferentes desportos

» Desportos Coletivos

Avaliação contínua:

- * Os estudantes devem assistir no mínimo a 2/3 das aulas efetivamente realizadas.
- * Realização de um teste escrito e trabalho prático (cada um com nota mínima de 10 valores).
- * Definição do Trabalho Prático - entrega de trabalho documental e apresentação aos docentes da disciplina. Aplicação dos princípios do treino da tática. A apresentação prática supõe a comunicação, em sede de aula prática, da aplicação dos princípios metodológicos do treino tático ao treino da circulação tática escolhida. A apresentação do trabalho não deverá esquecer:
 - 1 - Pré-requisitos para introdução da circulação tática selecionada e que será alvo de intervenção.
 - 2 - Elaboração da sequência metodológica de 3-5 situações/exercícios de treino (tarefas) orientadas para a aprendizagem, aperfeiçoamento ou automatização da circulação tática escolhida - 20 minutos.
 - 3 - Modificação/ajustamento das tarefas, em função da qualidade do desempenho dos praticantes, observada durante a execução dos exercícios propostos.

Avaliação

- * Nota final - 40% Teste + 60% Trabalho prático

Avaliação em exame:

Comporta um teste escrito (com nota mínima de 10 valores) e uma prova oral (com nota mínima de 10 valores).

» Desportos Individuais

Avaliação contínua:

- * Os estudantes devem assistir no mínimo a 2/3 das aulas realizadas.
- * Realização de um teste escrito (com nota mínima de 10 valores).
- * Trabalho Prático - Aplicação dos princípios do treino da técnica (4 trabalhos desenvolvidos), em função da matéria e das atividades desportivas individuais.

- * Nota Final - Teste 40% + 60% Trabalho prático

Avaliação em exame:

Comporta um teste escrito (com nota mínima de 10 valores) e uma prova oral (com nota mínima de 10 valores).

Bibliografia

Programa Global

- Araújo, D., Hristovski, R., Seifert, L., Carvalho, J., & Davids, K. (2017). Ecological cognition: Expert decision-making behaviour in sport. *International Review of Sport and Exercise Psychology*. 1-25. DOI: 10.1080/1750984X.2017.1349826
- Araújo, D. (2014). La toma de decisiones en el deporte bajo la perspectiva del sistema individuo-entorno. In Fernando del Villar Álvarez y Luis García González (Eds.). *El entrenamiento táctico y decisional en el deporte* (pp 43-58). Editorial Síntesis. ISBN: 9788499588643
- Travassos, B., Duarte, R. & Araújo, D. (2014). Métodos e instrumentos para evaluar el comportamiento táctico-decisional desde la dinámica ecológica. In Fernando del Villar Álvarez y Luis García González (Eds.). *El entrenamiento táctico y decisional en el deporte* (pp 111-128). Editorial Síntesis. ISBN: 9788499588643
- Carvalho, J., Correia, V., & Araújo, D. (2014). Entrenamiento basado en la manipulación de los constreñimientos en deportes individuales. In Fernando del Villar Álvarez y Luis García González (Eds.). *El entrenamiento táctico y decisional en el deporte* (pp 210-223). Editorial Síntesis. ISBN: 9788499588643
- Correia, V., Carvalho, J., & Araújo, D. (2014). La manipulación de los constreñimientos en los deportes colectivos. In Fernando del Villar Álvarez y Luis García González (Eds.). *El entrenamiento táctico y decisional en el deporte* (pp 195-209). Editorial Síntesis. ISBN: 9788499588643

Programa Desportos Coletivos

- Araújo, D. (Ed.) (2005). *O contexto da decisão. A ação tática no desporto*. Lisboa: Visão e Contextos.
- Richard, J.; Griffin, L. (2005). *Teaching and learning team sports and games*. Abingdon: Routledge Falmer, Taylor & Francis Group.
- Gréhaigne, J.; Richard, J.; Griffin, L. (2005). *Teaching and learning team sports and games*. Abingdon: Routledge Falmer, Taylor & Francis Group.
- Hughes, M.; Franks, I. (2004). *Notational analysis of sport. Systems for better coaching and performance in sport* (2nd edition). New York, Routledge. Taylor & Francis Group.
- Hughes, M.; Franks, I. (2008). *The essentials of performance analysis. An introduction*. New York, Routledge. Taylor & Francis Group.
- Bayer, C. (1994). *O ensino dos jogos desportivos coletivos*. Lisboa: Dinalivro.
- Bompa, T. (2005). *Treinando atletas de alto nível*. São Paulo: Phortes Editores.

Programa Desportos Individuais

- Burton, A. & Miller, E. (1998). *Movement skill assessment*. Champaign: Human Kinetics Books.
- Hotz, A. & Weineck, J. (1983). Métodos da instrução técnica. In J. Weineck (1989), *Manual de treinamento esportivo* (pp. 204-205). (trad.). São Paulo: Editora Manole Ltda.
- Martin, D., Carl, K., & Lehnertz, K. (2001). *Manual de metodología del entrenamiento deportivo*. Barcelona: Editorial Paidotribo.
- Magill, R. (1998). *Motor learning: concepts and applications*. McGraw-Hill.
- Moreira, M. (2007). *Matriz de análise das tarefas desportivas. Sistema de classificação estrutural. Modelo Taxinómico do surf*. Tese de Doutoramento, não publicada, FMH-UTL.
- Neumaier, A. (2002). Enfoque científico del entrenamiento de la técnica. In J. Nitsch, A. Neumaier, H. Marées, J. Mester, (Eds.), *Entrenamiento de la técnica. Contribuciones para un enfoque interdisciplinario* (pp. 193-243). (R. Polledo, trad.). Barcelona: Editorial Paidotribo.
- Zhelyazkov, T. (2001). *Bases del entrenamiento deportivo*. (M. Marinkova, trad.). Barcelona: Editorial Paidotribo.