

ID	757
Unidade Curricular	Treino da Técnica e da Tática Desportivas
Regente	César José Duarte Peixoto
Objectivos	<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 tática assume no contexto dos jogos desportivos. 4. O planeamento e a avaliação do treino técnico e tático na macro e na micro-estrutura do treino.
Conteúdos Programáticos em Syllabus	<p>Opção Desportos Coletivos</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Conceitos de Tática e Estratégia. Conceitos e amplitude de análise e sistematização. <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"> 2 . Os fundamentos teóricos do ato tático. 3. A metodologia do treino da tática. 4. A análise do jogo e a preparação tática. 5. A avaliação do fator técnico-tático nos jogos desportivos. 6. O Treino da técnica nos jogos desportivos. <p>Opção Desportos Individuais</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Técnica desportiva e modelos de otimização tendo em vista o resultado competitivo 2 . Meios e métodos de treino da técnica desportiva 3. Processos de avaliação qualitativa 4. Processos de avaliação quantitativa 5. Periodização do treino da técnica desportiva
Avaliação	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.