

**Relatório Anual da Coordenação da  
Licenciatura em Desporto, Condição Física e Saúde**

**Escola Superior de Desporto de Rio Maior**

**Instituto Politécnico de Santarém**

Ano Letivo 2022/23

Elaborado por: Vera Simões

Data: 21/11/2023

Aprovado em CTC: **CTC - APROVADO**  
**ATA Nº570 ANEXO 15**  
**DATA: 29-11-2023**

Data:

**Quadro 1 – Enquadramento geral e Follow Up**

<b>Área científica predominante do ciclo de estudos</b>	Ciências do Desporto
<b>N.º de créditos ECTS necessários à obtenção do grau/diploma</b>	180
<b>Duração do ciclo de estudos</b>	3
<b>Número máximo de admissões</b>	113

**FOLLOW UP: Grau de concretização das propostas de ações de melhoria apresentadas no ano letivo anterior**

- **Ação:** “Diminuir a carga letiva e as tarefas administrativas dos docentes, e/ou atribuir horas docentes a determinadas tarefas não letivas dos mesmos.”
  - **Follow up:** Não realizado.
- **Ação:** “Continuar a diminuir o número de unidades curriculares (UCs) diferentes que cada docente leciona.”
  - **Follow up:** Pese embora tenha havido um esforço no sentido de diminuir o número de UCs diferentes que cada docente leciona, verificou-se que, durante o ano letivo 2022/2023, vários docentes da Licenciatura, em Desporto, Condição Física e Saúde (LDCFS) estiveram em licença de maternidade e paternidade, bem como alguns docentes assumiram cargos diretivos na ESDRM, levando a que os mesmos tivessem de ser substituídos por novos docentes em várias UCs da LDCFS. Para facilitar a integração e adaptação destes novos docentes, teve de se proceder a uma reorganização de DSD em várias UCs, levando a uma maior dispersão dos docentes pelas UCs.
- **Ação:** “Contratar mais docentes a tempo integral, abrindo concursos.”
  - **Follow up:** Foram abertos quatro concursos documentais para provimento de Professores Adjuntos na área científica Ciências do Desporto – áreas disciplinares: Fitness, Fisiologia, Futsal e Desporto Natureza. Pese embora tenha sido uma boa medida, continua a verificar-se a necessidade de abertura de mais concursos, atendendo ao número de professores de carreira, da ESDRM, que ainda é reduzido.
- **Ação:** “Formação dos docentes em novas tecnologias e metodologias de ensino.”
  - **Follow up:** O IPSantarém disponibilizou aos docentes, das várias unidades orgânicas, a possibilidade de realizarem os seguintes cursos: “Capacitação em Ensino à Distância” (com um total de 180 horas) e “DEMOLA – Co-Creation Facilitator Training” (com um

total de 344 horas), vários foram os docentes da LDCFS que realizaram estas formações.

- **Ação:** “Contratar pessoal não docente especializado em multimédia.”
  - **Follow up:** Não realizado.
- **Ação:** “Criar espaços formais de avaliação dos estudantes ao ciclo de estudos, para potenciar a taxa de resposta, tomando em consideração os resultados dos inquéritos pedagógicos para melhorar o processo ensino-aprendizagem.”
  - **Follow up:** Atenta à importância desta medida, a Coordenação da LDCFS realizou, em vários momentos, reuniões com os estudantes do 1º, 2º e 3º anos da LDCFS, expondo a importância do contributo dos estudantes para a melhoria deste ciclo de estudos, com o preenchimento dos inquéritos pedagógicos, culminado com reuniões específicas, realizadas em espaço adequado, para o preenchimento dos mesmos, tendo estas iniciativas contribuído, consideravelmente, para o aumento da taxa de respostas.
- **Ação:** “Atividades científicas, tecnológicas e artísticas: Produção Científica dos docentes. Apoio nas publicações.”
  - **Follow up:** Uma percentagem muito elevada dos docentes da LDCFS, integram, atualmente, Centros de Investigação com financiamento. Verifica-se um aumento do número de docentes da LDCFS detentores do grau de Doutor, com Mestrado e Título de Especialista.
- **Ação:** “Maior envolvimento dos estudantes em atividades de investigação ligadas ao curso.”
  - **Follow up:** Em várias UCs da LDCFS foram promovidas a realização de atividades de investigação, com integração e participação ativa dos estudantes, culminando, em muitos casos, na participação dos estudantes em apresentações e publicações de estudos realizados em congressos e eventos afins.
- **Ação:** “Aquisição de equipamentos e softwares laboratoriais.”
  - **Follow up:** Durante o ano a que reporta o presente relatório foram adquiridos alguns equipamentos (ex.: kits com materiais para o desenvolvimento da psicomotricidade), foram, também, adquiridos e renovadas algumas licenças de softwares laboratoriais (ex.:30 acelerómetros moki-band; Survey Monkey; Chronojump BoscoSystem).
- **Ação:** “Alterar as subáreas do curso.”
  - **Follow up:** Tendo por referência as várias indicações realizadas no último relatório de avaliação da A3ES e outras necessidades de ajustamento verificadas, foram realizadas

um conjunto de propostas de alteração ao plano de estudos da LDCFS, tal como consta nas atas do CTC n.ºs 466/2019 e 487/2020. Desta aprovação em CTC resultou a publicação em DR da alteração do plano de estudos da LDCFS pelo Despacho n.º 8165/2020, de 21 de agosto de 2020, onde se encontram vertidas todas as alterações apresentadas, com exceção da alteração das áreas científicas do ciclo de estudos para Ciências do Desporto que devido ao elevado número de elementos em alteração, não foi possível, por razões processuais, nesse momento ser submetida à publicação em DR (tal como tinha sido aprovado nas reuniões de CTC supramencionadas). A alteração das áreas científicas do ciclo de estudos para Ciências do Desporto, com publicação em DR, está previsto realizar-se brevemente.

- **Ação:** “Captação de outros públicos candidatos para além dos do Concurso Nacional de Acesso
  - **Follow up:** Tem sido realizado um esforço conjunto (com a realização de diversas atividades no âmbito da LDCFS) no sentido de atrair candidatos, por exemplo, através da abertura de vagas para Concursos Especiais (Maiores de 23, Titulares de Diploma de Especialização Tecnológica, de Técnico Superior Profissional, Cursos Superiores, Dupla Certificação e Estudantes Internacionais).
- **Ação:** “Continuação da atualização das UCs para dar resposta às exigências do mercado do fitness e potenciação da sua influência no mesmo.”
  - **Follow up:** Foi realizada uma atualização de vários programas das UCs da LDCFS, alteração de UCs de Opção, tal como apresentado, em mais pormenor, no ANEXO V “Memorando com descritivo de ajustes/adequações UCs LDCFS”.
- **Ação:** “Maior agilização e sistematização de procedimentos.”
  - **Follow up:** A atual Coordenação da LDCFS, com o envolvimento de vários elementos da comunidade académica e comunidade externa, desenvolveu um Plano Estratégico LDCFS 22-26 (ANEXO VI) onde estão descritas as várias ações/atividades, atendendo aos vários eixos/dimensões de intervenção da LDCFS. Para a operacionalização das várias ações/atividades, no âmbito da LDCFS, foram criados um conjunto de sistematização de procedimentos, apresentados aos docentes, para o efeito. A cada semestre é realizada uma reunião entre docentes e Coordenação da LDCFS para monitorização/avaliação.
- **Ação:** “Maior comunicação das atividades realizadas.”

- **Follow up:** As várias atividades realizadas no âmbito da LDCFS estão em articulação plena com o Gabinete de Comunicação e Imagem da ESDRM, sendo também comunicadas através das redes sociais da LDCFS, por e-mail, em grupos de WhatsApp, sendo que a Coordenação da LDCFS se encontra a trabalhar na produção de uma Newsletter.
- **Ação:** “Mobilização da ESDRM no sentido da alteração da Lei n.º 39/2012, de 28 de agosto.”
  - **Follow up:** Tanto a Coordenação da LDCFS, como vários docentes deste ciclo de estudos, estão envolvidos em vários grupos de trabalho e realizado reuniões com o Governo, que tutela a área do Desporto, bem como com o IPDJ. I. P., no sentido de se proceder à alteração da referida Lei n.º 39/2012, de 28 de agosto.
- **Ação:** “Maior apoio e dinâmica da Direção, do Gabinete de Mobilidade Internacional e do Gabinete de Projetos, para maior dinâmica em candidaturas ERASMUS, FCT, IPDJ e outras.”
  - **Follow up:** A Coordenação da LDCFS tem realizado uma maior aproximação junto da Direção e dos referidos Gabinetes com o intuito de, em conjunto, articular estratégias, para o aumento de mobilidades internacionais por parte dos docentes e estudantes da LDCFS, bem como aumentar o número de candidaturas e projetos, com financiamento, envolvendo o maior número de docentes e estudantes da LDCFS.
- **Ação:** “Contacto da ESDRM com a atual rede de transportes de Rio Maior, para um maior número de horários.”
  - **Follow up:** De acordo com a informação que a Coordenação da LDCFS dispõe, o referido contacto ainda não foi estabelecido, contudo estão agora a serem realizados esforços nesse sentido, por parte da atual Direção da ESDRM.
- **Ação:** Construção da Residência da ESDRM.”
  - **Follow up:** A Residência da ESDRM encontra-se em construção.
- **Ação:** “Agilização dos processos das bolsas dos Serviços de Ação Social, para maior rapidez na entrega das mesmas aos estudantes.”
  - **Follow up:** A Coordenação da LDCFS tem encetado contactos tanto com a Direção da ESDRM, bem como com os Serviços da ESDRM/IP Santarém, no sentido de informar o impacto que esta questão possui na qualidade de vida dos estudantes e consequentemente no número de estudantes que abandonam a LDCFS.

## 1. CARACTERIZAÇÃO GERAL DO CICLO DE ESTUDOS

### 1.1. CONDIÇÕES DE ACESSO

O Concurso Nacional de Acesso (CNA) destina-se a todos os candidatos que pretendem candidatar-se ao ensino superior e que satisfaçam todas as seguintes condições:

- Ter aprovação num curso de ensino secundário ou habilitação legalmente equivalente;
- Ter realizado as provas de ingresso exigidas e ter obtido nas mesmas uma classificação igual ou superior à classificação mínima fixada;
- Satisfazer os pré-requisitos, quando exigidos, para o curso pretendido;
- Ter uma nota de candidatura igual ou superior ao valor mínimo fixado para o curso.

As candidaturas são realizadas online através da plataforma da Direção-Geral de Ensino Superior, podendo os candidatos beneficiar do apoio a candidatura através do Gabinete de Acesso ao Ensino Superior do IPSantarém. Mais informações através do email: [academicos@ipsantarem.pt](mailto:academicos@ipsantarem.pt)  
O Regulamento do Concurso Nacional de Acesso e Ingresso no Ensino Superior Público para a Matrícula e Inscrição é publicado anualmente no sítio de internet da Direção-Geral do Ensino Superior disponível em: <https://www.dges.gov.pt/pt>.

### 1.2. PROVAS DE INGRESSO

**Uma das seguintes provas:**

- 02 Biologia e Geologia
- 17 Mat. Apl. Ciências Soc.
- 18 Português

### 1.3. CLASSIFICAÇÕES MÍNIMAS

**Nota de candidatura:** 95 pontos

**Provas de ingresso:** 95 pontos

#### 1.4. FÓRMULA DE CÁLCULO

**Média do secundário:** 60%

**Provas de ingresso:** 40%

#### 1.5. PREFERÊNCIA REGIONAL

**Percentagem de vagas:** 30%

**Área de influência:** Évora, Leiria, Lisboa, Portalegre, Santarém, Setúbal

#### 1.6. OUTROS ACESSOS PREFERENCIAIS

**Percentagem de vagas:** 30%

**Cursos com acesso preferencial:**

089 Desporto (DL 74/2004)

573 Animação e Gestão Desportiva (Port. 26/2005)

667 Gestão e Dinamização Desportiva (Port. 817/2009)

674 Animação Sociocultural (Port. 817/2009)

842 Agrupamento 4 / Animação Social

846 Complementar/Secundário de Dança (Decreto-Lei n.º 286/89)

847 Dança - Formação de Bailarinos (Decreto-Lei n.º 286/89)

870 Grande Colégio Universal - Técn. Ação Educativa (DL 286/89)

984 Recorrente - Desporto (DL 74/2004)

A06 Animação Sociodesportiva (VCT) (Port. 941/2009)

A53 Animação e Gestão Desportiva (Port. 960/2009)

G01 Animação Sócio Desportiva (VC) (Portaria n.º 260/2013)

G14 Animação Sócio Desportiva (VT) (Portaria n.º 260/2013)

G49 Desporto e Dinamização da Atividade Física (Port. 265/2013)

G80 Cursos profissionais das EP anteriores ao DL 74/2004

P01 Animador Sociocultural

P83 Técnico de Segurança e Salvamento em Meio Aquático

R05 Técnico de Apoio à Gestão Desportiva

R10 Técnico de Desporto e Condição Física

R15 Técnico de Desporto

T02 Animador Sociocultural

T06 Técnico de Ação Educativa

T26 Técnico de Gestão Desportiva

### 1.7. OBJETIVOS GERAIS DEFINIDOS PARA O CICLO DE ESTUDOS

A Licenciatura em Desporto, Condição Física e Saúde forma, essencialmente:

- **Diretores Técnicos de Ginásios**
- **Técnicos de Exercício Físico**, especializados nas seguintes áreas do fitness:
  - Aulas de Grupo: (exemplo) Aeróbica e Step | *Body&Mind* | *Combat* | *Cross Training* | Hidroginástica | *Hip Hop* | *Indoor Cycling* | *Jump* | Localizada | Treino em Suspensão | Treino Intervalado | Treino em Circuito | entre outras.
  - Sala de Exercício: Musculação e Cardiofitness
  - Treino Personalizado

#### **Funções:**

- Avaliar, prescrever e orientar treinos, designadamente em aulas de grupo de fitness, sala de exercício e treino personalizado;
- Conceber e implementar programas de atividade física e/ou exercício, para qualquer tipo de população;
- Assumir ou integrar a direção técnica de ginásios, centros e clubes de condição física, clubes de saúde e afins.

## 2. CORPO DOCENTE (FONTE: SRH)

### 2.1. DOCENTE RESPONSÁVEL PELA COORDENAÇÃO DO CICLO DE ESTUDOS

**Quadro 2 – Docente Responsável pela Coordenação do Ciclo de Estudos**

Nome	Categoria	Grau	Título de Especialista	Área Científica do Título de Especialista	Regime de Tempo
Vera Alexandra Costa Simões	Professora Adjunta	Doutoramento	Não	----	100%

### 2.2. CORPO DOCENTE PRÓPRIO

**Quadro 3 – Corpo Docente Próprio**

Nome	Categoria	Grau	Título de Especialista	Área Científica do Título de Especialista	Regime de Tempo
Abel Francisco de Oliveira Santos	Professor Coordenador	Doutoramento	Não	---	100%
Alan de Carvalho Dias Ferreira	Professor Adjunto	Doutoramento	Não	---	75%
Alfredo José Henriques Carvalho da Silva	Professor Adjunto	Doutoramento	Não	---	100%
Ana Isabel Piedade Santana	Assistente Convidado	Mestrado	Não	---	50%
Ana Sofia Damas Barnabé	Assistente Convidado	Licenciatura	Não	---	50%
Ana Teresa Silveira Conceição	Professor Adjunto	Doutoramento	Não	---	100%
Anabela Pereira dos Santos de Sousa Vitorino	Professor Adjunto	Doutoramento	Sim	Psicopedagogia Especial	100%
António Manuel da Silva Moreira	Professor Adjunto	Doutoramento	Não	---	100%
António Manuel Vitória Vences de Brito	Professor Adjunto	Doutoramento	Sim	Técnicas e Capacidades de um Desporto Específico – Modalidade Desportiva Karaté	100%
Artur Pereira Sayal	Assistente Convidado	Licenciatura	Não	---	15%
Bruno Pereira Aires	Assistente Convidado	Mestrado	Não	---	59%
Carla Maria Chicau Costa Borrego	Professor Coordenador	Doutoramento	Não	---	100%
Carlos Daniel Gomes Mata	Assistente Convidado	Doutoramento	Não	---	59%
Carlos Manuel Marques da Silva	Professor Coordenador	Doutoramento	Não	---	100%

Carlos Pinto e Neto Tavares	Professor Adjunto Convidado	Doutoramento	Não	---	30%
Cristiana Isabel André Mercê	Professor Adjunto Convidado	Doutoramento	Não	---	100%
Cristina Brito Subtil de Carvalho Portela	Assistente Convidado	Mestrado	Não	---	59%
David Paulo Ramalheira Catela	Professor Coordenador	Doutoramento	Não	---	100%
Diana Carvalho Filipe	Assistente Convidado	Mestrado	Não	---	59%
Félix Luís de Lima e Cunha Hopffer Romero	Professor Adjunto	Doutoramento	Não	---	100%
Filomena da Conceição Sousa Soares Calixto	Professor Adjunto	Doutoramento	Não	---	100%
Flávio Dinis Lima	Assistente Convidado	Mestrado	Não	---	25%
Hugo Gonçalo Duarte Louro	Professor Adjunto	Doutoramento	Não	---	100%
Isabel dos Santos Vieira	Professor Adjunto Convidado	Mestrado	Sim	Desporto - Fitness	100%
Joana de Matos Santos Serpa	Assistente Convidado	Mestrado	Não	---	59%
Joana Prior de Freitas	Assistente Convidado	Mestrado	Não	---	50%
João Diogo Rodrigues Freitas	Assistente Convidado	Mestrado	Não	---	59%
João Paulo Reis Gonçalves Moreira de Brito	Professor Coordenador	Doutoramento	Não	---	100%
João Tomás Esteves Frazão	Assistente Convidado	Licenciatura	Não	---	50%
Liliana Ricardo Ramos	Professor Adjunto Convidado	Doutoramento	Sim	Desporto - Fitness	100%
Luís Filipe Marques Parente	Assistente Convidado	Mestrado	Não	---	30%
Luís Gonzaga Ferreira Joaquim	Professor Adjunto	Mestrado	Sim	Psicologia do Desporto	100%
Luiz Henrique Rodrigues Monteiro Gonçalves Santana	Assistente Convidado	Doutoramento	Não	---	15%
Marco António Colaço Branco	Professor Adjunto	Doutoramento	Não	---	100%
Maria de Fátima Florentino Gonçalves Ramalho	Professor Adjunto	Doutoramento	Sim	Desporto - Exercício e Saúde	100%

Mário André Rodrigues Ferreira	Professor Adjunto Convidado	Doutoramento	Não	---	80%
Marisa Simões do Rosário	Assistente Convidado	Mestrado	Não	---	40%
Marta de Sousa Ribeiro Martins	Professor Adjunto	Doutoramento	Não	---	100%
Miguel Ângelo Serra Correia da Silva	Assistente Convidado	Licenciatura	Sim	Desporto - Fitness	50%
Nancy Anacleto Brígida	Assistente Convidado	Mestrado	Não	---	59%
Nuno Manuel Queiróz Pimenta de Magalhães	Professor Adjunto	Doutoramento	Não	---	100%
Paulo Alexandre Alves Figueiredo	Professor Adjunto Convidado	Mestrado	Sim	Turismo e Lazer	30%
Paulo Jorge Paixão Miguel	Professor Adjunto	Doutoramento	Sim	Desporto - Atletismo	100%
Pedro André Ferreira dos Santos	Assistente Convidado	Licenciatura	Não	---	59%
Pedro Duarte da Silva Fonseca Gândara Raposo	Professor Adjunto	Mestrado	Não	---	100%
Pedro Jorge Richeheimer Marta de Sequeira	Professor Coordenador	Doutoramento	Não	---	100%
Pedro Miguel Ramos Reis	Professor Adjunto Convidado	Doutoramento	Não	---	15%
Rafael Franco Soares Oliveira	Professor Adjunto Convidado	Doutoramento	Não	---	100%
Renato Miguel Cordeiro Fernandes	Professor Adjunto	Mestrado	Sim	Desporto - O Treino de Jovens no Futebol	100%
Rita Alexandra Prior Falhas Santos Rocha	Professor Coordenador	Doutoramento	Não	---	100%
Roberto Alves Coelho	Assistente Convidado	Mestrado	Não	---	59%
Rodrigo Miguel Arsénio dos Santos Ruivo	Professor Adjunto Convidado	Doutoramento	Não	---	50%
Susana Carla Alves Franco	Professor Coordenador	Doutoramento	Não	---	100%
Susana Mendes Alves	Professor Adjunto	Doutoramento	Não	---	100%
Tiago Ferreira Santos	Assistente Convidado	Licenciatura	Não	---	15%
Vera Alexandra Costa Simões	Professor Adjunto	Doutoramento	Não	---	100%
Vítor Hugo Nunes Padinha	Professora Adjunta Convidada	Mestrado	Sim	Desporto - Futebol	100%

Vítor Manuel Alves Milheiro	Professor Adjunto	Mestrado	Sim	Desporto - Ensino de Atletismo e Formação de Treinadores	100%
--------------------------------	----------------------	----------	-----	--	------

### 3. ESTUDANTES

#### 3.1. CARACTERIZAÇÃO DOS ESTUDANTES (TOTAL DE INSCRITOS, GÉNERO, PROVENIÊNCIA)

**Quadro 4** – Caracterização dos Estudantes (total de inscritos, género, proveniência)

<b>Total de Estudantes Inscritos</b> Fonte: SIGARRA	<b>Género</b> Fonte: SIGARRA	<b>Proveniência</b> Fonte: SIGARRA
1	Feminino	Angola
2	Feminino	Brasil
2	Masculino	Brasil
1	Feminino	Cabo Verde
1	Masculino	Guiné
1	Feminino	Guiné-Bissau
6	Masculino	Guiné-Bissau
1	Feminino	Itália
129	Feminino	Portugal
159	Masculino	Portugal
<b>Total: 303</b>		

**Quadro 5** – Caracterização dos Estudantes (País de residência, Estudantes inscritos, concelho de residência)

<b>País de Residência</b> (valores totais por escola) Fonte: RAIDES 22	<b>Estudantes Inscritos</b> (valores totais por escola) Fonte: RAIDES 22	<b>Concelhos de Residência</b> (valores totais por escola) Fonte: RAIDES 22
Andorra	1	Anexo I
Angola	1	
Brasil	9	
Portugal	996	
França	1	
Guiné-Bissau	16	
Itália	1	
Chipre	1	
São Tomé e Príncipe	1	
<b>TOTAL INSCRITOS ESDRM 2022/2023</b>	<b>1027</b>	

#### 3.2. ESTUDANTES INSCRITOS NO CICLO DE ESTUDOS, POR ANO CURRICULAR

**Quadro 6 – Estudantes inscritos no ciclo de estudos, por ano curricular**

<b>Estudantes inscritos no ciclo de estudos, por ano curricular</b>	
Fonte: SIGARRA	
<b>Ano</b>	<b>Total</b>
1	129
2	85
3	89
<b>Total</b>	<b>303</b>

### 3.3. PROCURA DO CICLO DE ESTUDOS

#### 3.3.1. Concurso Nacional de Acesso

**Quadro 7 – Concurso Nacional de Acesso**

<b>Número total de Vagas</b> Fonte: SAC	<b>Número de Candidatos (3 fases acesso geral)</b> Fonte: DGES	<b>Nº de Inscritos 1º Ano 1ª Vez estudantes</b> Fonte: SAC	<b>Nº de Inscritos 1ª Opção</b> Fonte: SIGARRA	<b>Nota de candidatura do último colocado (1ª fase)</b> Fonte: DGES	<b>Média de entrada no curso (1ª fase)</b> Fonte: DGES
90	615	90	58	129,2	139,1

#### 3.3.2. Outros Concursos (Fonte: SIGARRA)

**Quadro 8 – Outros Concursos**

<b>Número total de Vagas</b>	<b>Número de Candidatos</b>	<b>Nº de Inscritos 1º Ano 1ª Vez estudantes</b> Fonte: SAC	<b>Nº de Inscritos 1ª Opção</b>	<b>Nota de candidatura do último colocado</b>	<b>Média de entrada no curso</b>
23	94	22	22	14,58	115,8

### 3.4. ABANDONO (ANULAÇÃO DE MATRÍCULA, DE INSCRIÇÃO E INTERRUPTÃO)

**Quadro 9 – Abandono (anulação de matrícula, de inscrição e interrupção)**

<b>Nº de estudantes em abandono (anulação de matrícula, de inscrição e interrupção)</b> Fonte: SIGARRA	<b>Taxa de Abandono (nº de estudantes / total de estudantes inscritos)</b>
54	15,27%

## 4. RESULTADOS

### 4.1. RESULTADOS ACADÉMICOS (FONTE: SIGARRA)

**Quadro 10** – Distribuição das classificações nas Unidades Curriculares – 1º ano, 1º semestre

1º ano, 1º Semestre	
Unidade Curricular	Classificação Média
Anatomofisiologia I	11,73
Antropologia e História do Desporto	15,45
Estatística Aplicada ao Desporto	12,98
Fitness I	15,04
Organização do Desporto	11,85
Sistemática do Desporto I	16,1
Atividade Física para Pessoas com Deficiência	14,17
Natação para bebés	15,68
O Corpo Humano na Medicina Chinesa	13,11
Psicofisiologia nas Atividades de Ginásio	15,52

**Quadro 11** – Distribuição das classificações nas Unidades Curriculares – 1º ano, 2º semestre

1º ano, 2º Semestre	
Unidade Curricular	Classificação Média
Anatomofisiologia II	12,1
Desenvolvimento Motor	14,64
Fitness II	14,03
Introdução à Biomecânica do Desporto	12,53
Metodologia da Investigação em Desporto	12,75
Nutrição no Desporto e no Exercício	15,11
Sistemática do Desporto II	16,36

**Quadro 12 – Distribuição das classificações nas Unidades Curriculares – 2º ano, 1º semestre**

<b>2º ano, 1º Semestre</b>	
<b>Unidade Curricular</b>	<b>Classificação Média</b>
Avaliação e Prescrição do Exercício I	14,59
Biomecânica do Desporto	11,14
Controlo e Aprendizagem Motora	13,44
Fisiologia do Esforço	13
Fitness III	15,08
Sistemática do Desporto III	14,26
Dinâmicas de Grupo no Desporto	12,86
Pilates	14,14
Variações Coreográficas em Aulas de Grupo	15,39

**Quadro 13 – Distribuição das classificações nas Unidades Curriculares – 2º ano, 2º semestre**

<b>2º ano, 2º Semestre</b>	
<b>Unidade Curricular</b>	<b>Classificação Média</b>
Avaliação e Prescrição do Exercício II	13,86
Empreendedorismo no Desporto	12,88
Fitness IV	14,45
Pedagogia do Fitness	14,81
Traumatologia e Primeiros Socorros no Desporto	13,13
Coaching e Wellness	14,43
Nutrição e Suplementação no Desporto	14,6
Tendências Tecnológicas no Fitness	16

**Quadro 14 – Distribuição das classificações nas Unidades Curriculares – 3º ano, 1º semestre**

<b>3º ano, 1º Semestre</b>	
<b>Unidade Curricular</b>	<b>Classificação Média</b>
Avaliação e Prescrição do Exercício III	14,32
Fitness V	14,94
Gestão do Desporto	13,04
Psicologia do Desporto e Exercício	12,5
Sociologia do Desporto	11,78

**Quadro 15 – Distribuição das classificações nas Unidades Curriculares – 3º ano, 3º semestre**

<b>3º ano, 2º Semestre</b>	
<b>Unidade Curricular</b>	<b>Classificação Média</b>
Ética e Deontologia Profissional	13,33
Fitness VI	16,23
Saúde Pública e Atividade Física	14,43
Atividade Física em Contexto Laboral	14,92
Neurociências no Desporto	17,74
Performance Desportiva	13,77

**Quadro 16 – Distribuição das classificações nas Unidades Curriculares – 3º ano, anual**

<b>3º ano, Anual</b>	
<b>Unidade Curricular</b>	<b>Classificação Média</b>
Estágio	16,14

#### 4.1.1. Eficiência formativa do ciclo de estudos (Fonte: SIGARRA)

**Quadro 17 – Número de Diplomados**

<b>Nº de Diplomados</b>	<b>Nº de estudantes Diplomados em N</b>	<b>Nº de estudantes Diplomados em N + 1</b>	<b>Nº de estudantes Diplomados em N+2</b>	<b>Nº de estudantes Diplomados em N+3</b>	<b>Nº de estudantes Diplomados em N&gt;= 4</b>
40	26	11	2	0	1

**Quadro 18 – Número de Estudantes que concluíram o curso e distribuição de classificações**

<b>Classificações</b>	<b>Nº de Estudantes</b>
10 valores	0
11 valores	0
12 valores	1
13 valores	5
14 valores	18
15 valores	12
16 ou mais valores	4
<b>Total</b>	<b>40</b>

**Quadro 19** – Número de estudantes que transitaram de ano

<b>Nº de estudantes que transitaram de ano</b>
145

**Quadro 20** – Número de Estudantes Repetentes

<b>Nº de estudantes repetentes (os que não transitam de ano curricular)</b>
40

#### 4.1.2. Empregabilidade dos diplomados

**Quadro 21** – Taxa de empregabilidade

<b>Taxa de Empregabilidade</b>	
<b>Resultados GAEE 2020/2021</b> (nº empregados / nº empregados + nº desempregados)	<b>DGES</b> <b>(2018 até 2021)</b>
100%	96,3%

#### 4.1.3. Prosseguimento de Estudos de Diplomados em Anos Anteriores

**Quadro 22** – Prosseguimento de estudos de diplomados em anos anteriores

<b>Prosseguimento de Estudos 2020/2021</b> (Estudantes a tempo inteiro) Fonte: GAEE
17%

#### 4.1.4. Taxa de Sucesso das Unidades Curriculares, por Área Científica do Ciclo de Estudos

**Quadro 23** – Taxa de Sucesso das Unidades Curriculares, por Área Científica do Ciclo de Estudos – 1º ano, 1º semestre

<b>1º ano, 1º Semestre</b> (Fonte: SIGARRA)				
<b>Unidade curricular</b>	<b>Área Científica</b>	<b>Avaliados</b>	<b>Aprovados</b>	<b>Taxa de Sucesso</b> (Número de Avaliados/ Número de Aprovados)
Anatomofisiologia I	Ciências Biológicas	123	58	47,15
Antropologia e História do Desporto	Ciências Sociais e Humanas	87	87	100
Estatística Aplicada ao Desporto	Ciências Sociais e Humanas	83	60	72,29
Fitness I	Técnico-Pedagógica	118	74	62,71
Organização do Desporto	Ciências Sociais e Humanas	81	80	98,77
Sistemática do Desporto I	Técnico-Pedagógica	99	74	74,75
Atividade Física para Pessoas com Deficiência	Ciências Biológicas	21	21	100
Natação para bebés	Ciências Biológicas	22	19	86,36
O Corpo Humano na Medicina Chinesa	Ciências Biológicas	20	19	95
Psicofisiologia nas Atividades de Ginásio	Ciências Biológicas	20	19	95

**Quadro 24** – Taxa de Sucesso das Unidades Curriculares, por Área Científica do Ciclo de Estudos – 1º ano, 2º semestre

1º ano, 2º Semestre				
Unidade curricular	Área Científica	Avaliados	Aprovados	Taxa de Sucesso (Número de Avaliados/ Número de Aprovados)
Anatomofisiologia II	Ciências Biológicas	111	90	81,08
Desenvolvimento Motor	Ciências Biológicas	78	76	97,44
Fitness II	Técnico-Pedagógica	138	57	41,3
Introdução à Biomecânica do Desporto	Ciências Biológicas	80	72	90
Metodologia da Investigação em Desporto	Ciências Sociais e Humanas	87	67	77,01
Nutrição no Desporto e no Exercício	Ciências Biológicas	78	78	100
Sistemática do Desporto II	Técnico-Pedagógica	101	76	75,25

**Quadro 25** – Taxa de Sucesso das Unidades Curriculares, por Área Científica do Ciclo de Estudos – 2º ano, 1º semestre

2º ano, 1º Semestre				
Unidade curricular	Área Científica	Avaliados	Aprovados	Taxa de Sucesso (Número de Avaliados/ Número de Aprovados)
Avaliação e Prescrição do Exercício I	Técnico-Pedagógica	66	66	100
Biomecânica do Desporto	Ciências Biológicas	78	63	80,77
Controlo e Aprendizagem Motora	Ciências Sociais e Humanas	78	76	97,44
Fisiologia do Esforço	Ciências Biológicas	86	75	87,21
Fitness III	Técnico-Pedagógica	95	79	83,16
Sistemática do Desporto III	Técnico-Pedagógica	79	63	79,75
Dinâmicas de Grupo no Desporto	Técnico-Pedagógica	28	25	89,29
Pilates	Técnico-Pedagógica	30	28	93,33
Variações Coreográficas em Aulas de Grupo	Técnico-Pedagógica	17	17	100

**Quadro 26** – Taxa de Sucesso das Unidades Curriculares, por Área Científica do Ciclo de Estudos – 2º ano, 2º semestre

<b>2º ano, 2º Semestre</b>				
<b>Unidade curricular</b>	<b>Área Científica</b>	<b>Avaliados</b>	<b>Aprovados</b>	<b>Taxa de Sucesso</b> (Número de Avaliados/ Número de Aprovados)
Avaliação e Prescrição do Exercício II	Técnico-Pedagógica	70	66	94,29
Empreendedorismo no Desporto	Ciências Sociais e Humanas	69	69	100
Fitness IV	Técnico-Pedagógica	94	54	57,45
Pedagogia do Fitness	Técnico-Pedagógica	87	81	93,1
Traumatologia e Primeiros Socorros no Desporto	Ciências Biológicas	77	73	94,81
Coaching e Wellness	Ciências Sociais e Humanas	21	21	100
Nutrição e Suplementação no Desporto	Ciências Sociais e Humanas	23	23	100
Tendências Tecnológicas no Fitness	Ciências Sociais e Humanas	14	14	100

**Quadro 27** – Taxa de Sucesso das Unidades Curriculares, por Área Científica do Ciclo de Estudos – 3º ano, 1º semestre

<b>3º ano, 1º Semestre</b>				
<b>Unidade curricular</b>	<b>Área Científica</b>	<b>Avaliados</b>	<b>Aprovados</b>	<b>Taxa de Sucesso</b> (Número de Avaliados/ Número de Aprovados)
Avaliação e Prescrição do Exercício III	Técnico-Pedagógica	59	59	100
Fitness V	Técnico-Pedagógica	60	57	95
Gestão do Desporto	Ciências Sociais e Humanas	61	61	100
Psicologia do Desporto e Exercício	Ciências Sociais e Humanas	65	60	92,31
Sociologia do Desporto	Ciências Sociais e Humanas	68	57	83,82

**Quadro 28** – Taxa de Sucesso das Unidades Curriculares, por Área Científica do Ciclo de Estudos – 3º ano, 2º semestre

<b>3º ano, 2º Semestre</b>				
<b>Unidade curricular</b>	<b>Área Científica</b>	<b>Avaliados</b>	<b>Aprovados</b>	<b>Taxa de Sucesso</b> (Número de Avaliados/ Número de Aprovados)
Ética e Deontologia Profissional	Ciências Sociais e Humanas	64	60	93,75
Fitness VI	Técnico-Pedagógica	74	70	94,59
Saúde Pública e Atividade Física	Técnico-Pedagógica	60	57	95
Atividade Física em Contexto Laboral	Técnico-Pedagógica	23	23	100
Neurociências no Desporto	Técnico-Pedagógica	18	18	100
Performance Desportiva	Técnico-Pedagógica	24	22	91,67

**Quadro 29** – Taxa de Sucesso das Unidades Curriculares, por Área Científica do Ciclo de Estudos – 3º ano, anual

<b>3º ano, Anual</b>				
<b>Unidade curricular</b>	<b>Área Científica</b>	<b>Avaliados</b>	<b>Aprovados</b>	<b>Taxa de Sucesso</b> (Número de Avaliados/ Número de Aprovados)
Estágio	Técnico-Pedagógica	42	42	100

## 4.2. NÍVEL DE INTERNACIONALIZAÇÃO DO CICLO DE ESTUDOS

**Quadro 30** – Nível de Internacionalização do Ciclo de Estudo

<b>Mobilidade</b>	<b>Nº de estudantes</b> Fonte: GMI	<b>Nº de docentes</b> Fonte: GMI
<i>Incoming</i>	8	1
<i>Outgoing</i>	11	15

#### 4.3. ATIVIDADES DE DESENVOLVIMENTO TECNOLÓGICO E ARTÍSTICO, PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS À COMUNIDADE E FORMAÇÃO AVANÇADA

A coordenação da LDCFS desenvolveu um conjunto de ações, no ano letivo de 22/23, com vista a promover um desenvolvimento integral do estudante e realizar uma maior aproximação ao mercado de trabalho. Neste sentido, apresentam-se, infra, as ações organizadas e desenvolvidas pela Coordenação da LDCFS, que contou com a colaboração e envolvimento de vários docentes desta Licenciatura.

**Quadro 31** – atividades de desenvolvimento tecnológico e artístico, prestação de serviços à comunidade e formação avançada

Atividades	Descrição	Data	Docentes Responsáveis
Fitness na ESDRM	Atividades de Fitness (aulas de grupo e sala de exercício), lecionadas por estudantes estagiários da LDCFS, com supervisão de docentes, e dirigidas a todos os docentes, não-docentes e estudantes da ESDRM.	De outubro de 2022 a maio de 2023	Vera Simões Fátima Ramalho Liliana Ramos
Ações de Formação para os estudantes da LDCFS	- “Promoção de Estilos de Vida Saudáveis” – New Health Project – Susana Franco, Vera Simões, Carla Borrego	17/10/2022	Vera Simões Fátima Ramalho Susana Franco Carla Borrego
	- “Elaboração de Unidades Didáticas” – Joana Freitas	25/10/2022	Paulo Figueiredo Joana Freitas Marco Branco Rodrigo Ruivo
	- “Excel: uma ferramenta útil do processo de Avaliação e Prescrição do Exercício” – Marco Branco	08/11/2022	
	- “Avaliação em Sala de Exercício: que componentes avaliar?” – Paulo Figueiredo	16/11/2022	
	- “5 Dicas-chave para o aumento da Produtividade Laboral” – Rodrigo Ruivo	23/11/2022	

Ações de Divulgação da LDCFS	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Divulgação da LDCFS nas redes sociais (Instagram e Facebook), nomeadamente das aulas, atividades, ações, realizadas no âmbito da LDCFS.</li> <li>- Dinamização, em parceria com o Gabinete de Imagem e Comunicação, da ESDRM, de diversas atividades de fitness dirigidas a alunos visitantes à ESDRM.</li> <li>- Participação de docentes e alunos no evento "Futurália"</li> </ul>	<p>Durante todo o ano letivo</p> <p>Diversas datas</p> <p>25/03/2023</p>	<p>Liliana Ramos Joana Freitas</p> <p>Miguel Silva Bruno Aires</p> <p>Fátima Ramalho</p>
Sinalização de dias relacionados com a atividade física/exercício físico nas redes sociais da LDCFS	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Semana Europeia da Atividade Física</li> <li>- Dia Mundial da Diabetes</li> <li>- Dia Mundial da Atividade Física</li> <li>- Dia Mundial da Fibromialgia</li> <li>- Dia Mundial da Hipertensão</li> </ul>	<p>28/09/2022</p> <p>14/11/2023</p> <p>06/04/2023</p> <p>12/05/2023</p> <p>17/05/2023</p>	<p>Vera Simões Liliana Ramos Fátima Ramalho Nancy Brígida Ana Barnabé Diana Filipe</p>
Visita de estudantes da LDCFS a entidades empregadoras	<p>1.º ano – Visita a ginásios em Rio Maior (Elite Fitness, MyFitness Club e Sweet Fit).</p> <p>3.º ano – 1 dia no ginásio "Mais Fitness"- Torres Vedras</p> <p>3.ºano – 1 dia no ginásio "Phive" - Leiria</p>	<p>10 a 13 de outubro de 2022</p> <p>09/11/2022</p> <p>29/03/2023</p>	<p>Liliana Ramos Roberto Coelho Joana Freitas Pedro Santos</p>
Evento	Mega aula de Step, em parceria com o Núcleo de Estudantes da LDCFS	08/02/2023	Vera Simões Liliana Ramos Fátima Ramalho
Evento	Convenção de Fitness, em parceria com o Núcleo de Estudantes da LDCFS	11/02/2023	Vera Simões Liliana Ramos Fátima Ramalho
Evento	ESDRM-FIT	29/04/2023	Susana Alves Susana Franco Vera Simões
Evento	Links for Future	03/05/2023	Vera Simões Fátima Ramalho
Evento	Realização de várias aulas abertas no âmbito das UCs da LDCFS	2022/2023	Regentes UCs e Convidados
Evento	Atividade de promoção da LDCFS, "Mega Aula de Fitness", para 50 alunos do ensino secundário integrados no programa "Academia IPSantarém 360".	11/06/2023	Vera Simões Fátima Ramalho

Projeto Comunidade "MOVE4FUTURE"	O Projeto MOVE4FUTURE, é destinado a crianças e jovens e que visa promover a importância do exercício físico, nutrição adequada e estilos de vida saudáveis no seu desenvolvimento. Este programa, é realizado em parceria com o Centro de Apoio Familiar SOS de Rio Maior da Associação Aldeias de Crianças SOS – CAFAP, sendo uma iniciativa que pretende contribuir para um crescimento saudável e equilibrado das novas gerações.	Preparação e planeamento do referido projeto ao longo do ano letivo 2022/2023.	Vera Simões Liliana Ramos Fátima Ramalho Cristiana Mercê Rafael Oliveira
Estudo Científico	Tendências do Fitness em Portugal para 2023 Tendências do Fitness para 2023 no Sul da Europa Tendências do Fitness Worldwide 2023 (American Collegue of Sports Medicine)		Susana Franco Vera Simões Liliana Ramos Rita Santos Rocha Isabel Vieira Fátima Ramalho
Estudo Longitudinal	Estudo longitudinal de caracterização dos estudantes da LDCFS. No início do ano de 2022/2023 foi realizado um estudo piloto, que visou avaliar a Qualidade de Vida dos estudantes da LDCFS. No final do ano de 2022/2023 foi criado e testado novo questionário com outras variáveis de caracterização.	Início do 1.º semestre e final do 2.º semestre de 2022/2023	Isabel Vieira Cristiana Mercê Rafael Oliveira Vera Simões Susana Franco Liliana Ramos Carlos Silva

Com o objetivo do desenvolvimento e da melhoria contínua da LDCFS, da sua aproximação ao mercado de trabalho e dos diversos *Stakeholders*, bem como para o incremento/manutenção dos índices de satisfação dos estudantes da LDCFS foram desenvolvidas, ao longo do ano letivo, diversas reuniões de auscultação e presença em eventos, que se apresentam no quadro infra.

**Quadro 32 –** Reuniões de auscultação e presença em eventos

<b>Atividades</b>	<b>Data</b>	<b>Docentes Responsáveis</b>
Reuniões ao longo do ano da Coordenação da LDCFS com os estudantes do 1.º, 2.º e 3.º anos da LDCFS	Início do ano letivo Final do 1.º Semestre Final do ano letivo	Vera Simões Fátima Ramalho Liliana Ramos Isabel Vieira
Reuniões com Diplomados da LDCFS	Abril de 2023	Vera Simões Fátima Ramalho Liliana Ramos Isabel Vieira

Reuniões com docentes da LDCFS	Abril de 2023	Vera Simões Fátima Ramalho Liliana Ramos Isabel Vieira
Reuniões, ao longo do ano letivo, com entidades de relevo do setor do fitness em Portugal	Diversas datas	Vera Simões Fátima Ramalho Liliana Ramos Isabel Vieira
Participação em Evento (FITFAIR Netherlands – Feira de Fitness dos Países Baixos)	25 de novembro de 2022	Vera Simões Susana Franco
Participação em Evento (Congresso FitnessTribe)	18 de março de 2023	Vera Simões Susana Franco Isabel Vieira
Participação em Evento (Congresso EXS)	13 de maio de 2023	Vera Simões Susana Franco Fátima Ramalho
Participação em Evento (Congresso da PortugalActivo – AGAP)	26 e 27 de maio de 2023	Vera Simões Susana Franco Isabel Vieira Rita Santos Rocha Fátima Ramalho

#### 4.4. RESULTADOS DOS INQUÉRITOS

- Mapa Avaliação do Curso / Escola – Anexo II
- Mapa Geral Avaliação Unidades Curriculares 1º semestre – Anexo III
- Mapa Geral Avaliação Unidades Curriculares 2º semestre – Anexo IV

## **5. ANÁLISE SWOT DO CICLO DE ESTUDOS**

### **5.1. FORÇAS (*STRENGTHS*)**

- Elevado número de horas de trabalho, dos estudantes, em formação especializada, com forte aplicação prática na área do fitness;
- Oferta de serviços de fitness gratuitos aos estudantes da LDCFS, (bem como à restante comunidade académica da ESDRM, designadamente estudantes de outros cursos, docentes e não-docentes) através do Programa “Fitness na ESDRM”, que possibilita, para além das horas escolares de formação especializada, a oportunidade de prática deste tipo de atividades. Este Programa “Fitness na ESDRM” permite, também, aos estudantes da LDCFS a oportunidade de intervir, com supervisão, enquanto Técnicos de Exercício Físico, tanto em aulas de grupo, como em contexto de sala de exercício;
- Forte ligação do corpo docente ao mercado de trabalho e principais *Stakeholders* do mesmo, tanto a nível nacional como a nível internacional;
- Grande maioria do corpo docente detentor do grau de Doutor e/ou Título de Especialista na área do Fitness;
- Forte acompanhamento e relação de proximidade entre os docentes, funcionários não docentes e os estudantes;
- Avaliação positiva da qualidade geral da LDCFS por parte dos estudantes;
- Elevada versatilidade dos diplomados da LDCFS ao nível da intervenção profissional;
- A LDCFS é a licenciatura mais antiga, ao nível da formação superior, na área do fitness, em Portugal, com elevado reconhecimento por parte do setor do fitness, sobretudo das entidades empregadoras;
- Elevada variedade de materiais e equipamentos para a lecionação das aulas e prática de atividades de fitness;
- Elevados níveis de empregabilidade, na área de formação, dos diplomados da LDCFS;
- Elevados níveis de procura da LDCFS, quer através do concurso nacional de acesso quer pelos outros concursos.

### **5.2. FRAQUEZAS (*WEAKNESSES*)**

---

- Atendendo à crescente expansão da área do fitness, dos seus segmentos de mercado, da especialização dos serviços, pode existir risco de desajustes momentâneos dos conteúdos programáticos das UCs da LDCFS;
- Decorrente da pandemia SARS-COV-2, responsável pela doença COVID-19, as mudanças tecnológicas e as alterações estruturais e conjunturais decorrentes do contexto pandémico influenciaram, sobretudo, as aprendizagens dos estudantes e consequentemente o seu domínio sobre a aquisição de conhecimentos e competências, bem como o seu nível de autonomia, exploração de novas tecnologias, capacidade de inovação e empreendedorismo, da sua capacidade transformadora e do seu sentido crítico, podendo levar a um aumento da sua taxa de reprovação e por sua vez à diminuição do número de estudantes a terminar a LDCFS;
- Moderados níveis de abandono da LDCFS;
- De acordo com a opinião dos estudantes, moderada integração dos mesmos na comunidade académica;
- A, ainda, falta de Residência para os estudantes;
- Moderada mobilidade internacional dos docentes e estudantes da LDCFS;
- Em alguns casos, participação de um mesmo docente num número alargado de UCs;
- Elevado número de docentes contratados a tempo parcial.

### **5.3. OPORTUNIDADES (*OPPORTUNITIES*)**

- Os diplomados da LDCFS são bastante atrativos, conceituados e reconhecidos pelas entidades empregadoras ao nível do setor do fitness;
- Maior consciencialização, da população portuguesa, sobre a importância da prática de atividade física para a qualidade de vida, incrementando o número de praticantes das atividades de fitness e consequentemente o número de ginásios, levando à necessidade de mais profissionais nesta área, com formação adequada;
- Maior reconhecimento dos profissionais com formação superior e específica na área do fitness, principalmente no exercício da profissão com pessoas em fase especial da vida e/ou problemas de saúde;
- Localização geográfica no centro do País e a cerca de 1 hora de distância de Lisboa (zona do País com maior número de ginásios);

- Possibilidade de incrementar o número de acordos europeus/internacionais para a mobilidade internacional tanto de docentes como estudantes da LDCFS, bem como para o desenvolvimento de parcerias e projetos internacionais de I&D;
- Possibilidade de incrementar o envolvimento e desenvolvimento de projetos I&D da área de formação da LDCFS, com a comunidade envolvente à ESDRM;
- A construção da residência da ESDRM, que permitirá apoiar ao nível do alojamento os estudantes deslocados e desfavorecidos economicamente.

#### **5.4. AMEAÇAS (THREATS)**

- A conjuntura socioeconómica que o País vive, atualmente, é, sobretudo, catalisadora dos níveis de abandono dos estudantes;
- Eventuais pressões demográficas e a baixa taxa de natalidade que se observa em Portugal poderá promover a redução de candidatos ao ensino superior e conseqüentemente à LDCFS;
- A entrega de bolsas de estudo aos estudantes ser efetuada algum tempo depois de os estudantes terem iniciado o período letivo;
- Os serviços prestados na área do fitness são cada vez mais especializados e diversificados e a especificidade de funções que atualmente um profissional da área do fitness desempenha exige que os currículos de formação estejam ajustados e adequados a estas necessidades, de forma a dar resposta às crescentes solicitações do mercado de trabalho;
- A pandemia SARS-COV-2, responsável pela doença COVID-19, também exerceu efeitos significativos, prolongados, diversificados e sobretudo transformadores para a área do fitness, onde as mudanças tecnológicas e as alterações estruturais e conjunturais, que decorreram do contexto pandémico, precipitaram uma aceleração da mudança na área do fitness, tornando este ambiente mais complexo e de constantes novidades;
- Rede de transportes para Rio Maior limitada em termos de opções e horários;
- Rio Maior é uma cidade menos desenvolvida, comparativamente com outras meios urbanos, podendo ser uma cidade pouco atrativa para os estudantes;
- Escolas de formação técnica da área do fitness com maior número de cursos e alargados a todo o País, o que pode fazer com que os interessados em trabalhar na área do fitness optem por este tipo de formação;
- Surgimento de Licenciaturas com planos de formação similares à LDCFS.

## 6. PROPOSTAS DE AÇÃO DE MELHORIA

Tendo por referência que o garante de uma formação de elevada qualidade é, do ponto de vista da atual Coordenação LDCFS, um fator determinante para continuar a manter a adesão dos estudantes à LDCFS, reduzir o abandono escolar, aumentar os níveis de competitividade desta Licenciatura, face a outras Licenciaturas, desta área de formação, e sobretudo preparar os estudantes (futuros profissionais), dotando-os de um conjunto de conhecimentos e competências para um desempenho profissional de excelência, aquando da intervenção no mercado de trabalho, foi realizada uma análise SWOT à LDCFS tendo sido identificadas as suas Forças, Fraquezas, Oportunidades e Ameaças, nos termos descritos no capítulo 5 deste relatório. Nesse sentido e para o efeito, apresenta-se no quadro infra, um conjunto de ações de melhoria, o seu nível de prioridade, bem como os respetivos indicadores de implementação.

**Quadro 33** – Propostas de Ação de Melhoria

<b>Ação de Melhoria</b>	Com o intuito de manter a dialética entre conhecimentos e competências adquiridas e as exigências do mercado de trabalho e, por outro lado, que as metodologias de ensino e os conteúdos programáticos possam proporcionar experiências transformadoras, para que os futuros diplomados da LDCFS não sejam apenas meros executores, mas que tenham também capacidade e pensamento crítico para construir e inovar, na sua área de intervenção, deve ser realizada uma constante análise, em cada ano letivo, aos PUCs das UCs da LDCFS para avaliar a eventual necessidade de realização de ajustes/atualização dos mesmos
<b>Indicador de Implementação</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Memorando com relatório de avaliação/monitorização de eventual necessidade de ajuste/atualização.</li> </ul> <p><b>NOTA: Durante o ano letivo 22/23 a Coordenação da LDCFS realizou uma análise aos PUCs das UCs da LDCFS, tendo por referência um conjunto de procedimentos. Dessa análise verificou-se a necessidade de ajuste/adequação de alguns PUCs de algumas UCs da LDCFS. No ANEXO V (disponibilizado em documento próprio) encontra-se um Memorando com descritivo de todos os ajustes/adequações que foram realizadas e que passarão a vigorar a partir do ano letivo 23/24.</b></p>
<b>Prioridade</b>	Elevada

<b>Ação de Melhoria</b>	Diminuir a taxa de abandono da LDCFS
-------------------------	--------------------------------------

<b>Indicador de Implementação (IP)</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Considerando que o principal motivo que leva os estudantes a abandonarem a LDCFS se prende com questões socioeconómicas que o País atravessa, a Coordenação da LDCFS, através da realização de reuniões, pretende pressionar os Serviços para que haja uma aceleração na entrega de bolsas de estudo, aos estudantes mais desfavorecidos economicamente; <b>IP:</b> Verificar se em outubro (início do próximo ano letivo) as bolsas de estudos já se encontram entregues aos estudantes.</li><li>▪ Que a construção da Residência esteja concluída a breve trecho; <b>IP:</b> Verificar se no início do próximo ano letivo os estudantes, referenciados para o efeito, já se encontram a usufruir das instalações da Residência.</li><li>▪ Realização de contactos por parte da Direção da ESDRM com a atual rede de transportes de Rio Maior e representantes da Autarquia, com o intuito de aumentar o número de horários da rede de transportes; <b>IP:</b> Verificar se no próximo ano letivo já estão disponíveis um número de horários mais alargado da rede de transportes.</li><li>▪ Envolvimento e acompanhamento da Coordenação da LDCFS com o Gabinete de Promoção do Sucesso e Prevenção do Abandono (GPSPA) do IPSantarém; <b>IP:</b> Realização de reuniões entre a Coordenação da LDCFS e o GPSPA, para o desenvolvimento e implementação de estratégias que promova o sucesso académico e previna o abandono académico. Avaliar o nível/impacto de implementação dessas estratégias.</li><li>▪ Maior acompanhamento dos docentes, orientadores de Estágio, aos estudantes que se encontram a realizar Estágio nas entidades acolhedoras; <b>IP:</b> Aumentar o número de horas de contacto (DSD) aos docentes que orientam Estágios.</li><li>▪ Realização de um estudo longitudinal de caracterização dos estudantes da LDCFS, que permitirá conhecer melhor os estudantes e tentar encontrar soluções para dificuldades sentidas pelos mesmos.</li></ul>
--	--

	<b>IP:</b> Análise dos resultados do estudo e desenvolvimento de ações que permitam colmatar eventuais dificuldades sentidas pelos estudantes. Avaliar o nível/impacto dessas estratégias.
<b>Prioridade</b>	Elevada

<b>Ação de Melhoria</b>	Ações para integração dos estudantes na comunidade académica
<b>Indicador de Implementação (IP)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Receção aos estudantes na abertura do ano letivo, onde é realizada uma reunião da Coordenação da LDCFS com os mesmos, são dadas as boas-vindas e é dado um conjunto de informações acerca do funcionamento da LDCFS e dos serviços da ESDRM, onde devem estar também presentes os Representantes da Associação de Estudantes, Núcleo de Estudantes da LDCFS e Tunas Estudantis; <b>IP:</b> Verificar junto dos estudantes, através da sua opinião, o impacto desta ação.</li> <li>▪ Desenvolvimento de um Plano de Ciclo de Conferências, dirigidos aos estudantes da LDCFS, integrado na comemoração dos 25 anos desta Licenciatura; <b>IP:</b> Número de estudantes inscritos nas Conferências.</li> <li>▪ Reuniões entre a Coordenação da LDCFS e os estudantes dos vários anos curriculares, com o intuito de os ouvir sobre eventuais problemas, que estes sintam; <b>IP:</b> Realização de duas reuniões (semestrais), separadamente, com cada um dos anos curriculares.</li> <li>▪ Integração dos estudantes da LDCFS na comunidade académica através da realização de eventos relacionados com a promoção da atividade física. <b>IP:</b> Inclusão, no PUC da UC de Estágio, de tarefas que se prendem com o desenvolvimento e organização de atividades por parte dos estudantes estagiários da LDCFS, dirigidas à comunidade académica.   Realização de ações de promoção da atividade física, para os estudantes, articuladas entre a Coordenação da LDCFS, o Núcleo de Estudantes da LDCFS e a Associação de Estudantes da ESDRM. Verificação dos níveis de participação por parte dos estudantes nas referidas ações.</li> </ul>
<b>Prioridade</b>	Moderada

<b>Ação de Melhoria</b>	Diminuir os níveis de participação de um mesmo docente num número alargado de UCs
<b>Indicador de Implementação</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Realização de reuniões da Coordenação da LDCFS com os docentes de forma a encontrar soluções que levem a otimizar a participação destes nas UCs, encontrando estratégias, conjuntas, que levem a concentrar a participação de alguns docentes num número menos alargado de UCs;</li> </ul> <p><b>IP:</b> Através da DSD verificar a existência de um menor número docentes a participar nas diferentes UCs em relação ao ano letivo anterior.</p>
<b>Prioridade</b>	Elevada

<b>Ação de Melhoria</b>	Aumentar o número de docentes contratados a tempo integral
<b>Indicador de Implementação</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Em articulação com a Direção da ESDRM e Presidência do IPSantarém encontrar soluções no sentido de contratar mais docentes a tempo integral afiliados à LDCFS, de forma a promover a estabilidade do corpo docente;</li> </ul> <p><b>IP:</b> Abertura de concursos para professores adjuntos.</p>
<b>Prioridade</b>	Elevada

<b>Ação de Melhoria</b>	Desenvolvimento de ações tendentes a promover a mobilidade internacional de docentes e estudantes da LDCFS
<b>Indicador de Implementação</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Reunião entre a Coordenação da LDCFS e o Gabinete de Mobilidade Internacional da ESDRM, com o intuito de criar estratégias conjuntas para promover a mobilidade internacional de docentes e estudantes da LDCFS;   Reuniões entre a coordenação da LDCFS e os docentes e estudantes com o intuito de estimular e explicar a importância/pertinência da mobilidade internacional;</li> </ul> <p><b>IP:</b> Maior número de estudantes e docentes a realizar mobilidade internacional, comparativamente com o ano letivo anterior.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Desenvolvimento de um BIP (<i>Blended Intensive Program</i>), por parte da Coordenação da LDCFS, em parceria com mais 5 IES Europeias, intitulado: “<i>Fitness Training – Group Fitness Classes</i>”;</li> </ul> <p><b>IP:</b> Concretização da implementação do referido BIP.</p>
<b>Prioridade</b>	Moderada

---

<b>Ação de Melhoria</b>	Verificar o nível de implementação do plano estratégico realizado, previsto a 4 anos, com descritivo das atividades/ações a serem desenvolvidas pela Coordenação da LDCFS conjuntamente com o corpo docente (ANEXO VI – disponibilizado em documento próprio)
<b>Indicador de Implementação</b>	No final de cada ano letivo realização de uma reunião entre a Coordenação da LDCFS e os docentes com o intuito de aferir as ações desenvolvidas e em conjunto avaliar: níveis de dificuldade/facilidade de implementação das ações; níveis de participação; necessidade de ajustes/adequação ao plano estratégico.
<b>Prioridade</b>	Moderada

**Siglas** – Origem dos dados/Responsável por fornecer os dados à Coordenação de Curso para elaboração do relatório:

**SIGARRA** – Plataforma de Serviços de Gestão Académica

**GPAQ** – Gabinete de Planeamento Avaliação Qualidade

## ANEXOS

- Anexo I – Total de inscritos no ano letivo 2022/2023 na ESDRM por município de residência (disponibilizado em documento próprio)
- Anexo II – Mapa de Avaliação do Curso / Escola
- Anexo III – Mapa Geral Avaliação Unidades Curriculares 1º semestre
- Anexo IV – Mapa Geral Avaliação Unidades Curriculares 2º semestre
- Anexo V – Memorando com descritivo de ajustes/adequações UCs LDCFS (disponibilizado em documento próprio)
- Anexo VI – Plano Estratégico LDCFS 22-26 (disponibilizado em documento próprio)

## INQUÉRITOS PEDAGÓGICOS

**Avaliação do Curso e Escola pelos Estudantes**  
Ano letivo 2022/2023 - 1º Semestre

Relativamente à avaliação do Curso e da Escola, por parte dos estudantes (quadros infra), verificam-se valores de média mais elevados em relação ao ano letivo anterior, traduzindo-se assim numa melhoria da avaliação efetuada pelos estudantes, nas várias variáveis respeitantes ao Curso e à Escola. Contudo, embora não sendo muito significativo, ao nível da integração dos estudantes na comunidade académica verificaram-se valores de média inferiores em relação ao ano letivo anterior, em dois dos parâmetros avaliados.

<b>CURSO</b>	LLDCFS
--------------	--------

1 – Discordo Totalmente    2 – Discordo    3 – Concordo    4 – Concordo Totalmente    S/O – Sem Opinião    N/A – Não Se Aplica  
NR – Não Resposta

<b>ORGANIZAÇÃO DO CURSO</b>	Média	Média Global	Total Resp.	1	2	3	4	S/O	N/A	NR
• A estrutura curricular do curso está adequada aos objetivos do mesmo	3	2,9	104	1	8	80	11	4	0	0
• As unidades curriculares estão articuladas entre si	3,1	2,9	104	1	5	81	13	4	0	0
• A estrutura curricular do curso proporciona o contacto com atividades de investigação	3	2,9	104	3	8	77	11	5	0	0
• Os estudantes estão satisfeitos com o horário letivo	2,9	2,9	104	4	14	66	15	5	0	0
• Os estudantes estão satisfeitos com o guia informativo do curso	2,9	2,9	104	4	11	69	9	11	0	0

1 – Insuficiente    2 – Suficiente    3 – Excessiva    S/O – Sem Opinião    N/A – Não Se Aplica    NR – Não Resposta

<b>CARGA HORÁRIA DO CURSO</b> (de acordo com o tipo de aulas previsto no plano de estudos/programa)	Média	Média Global	Total Resp.	Insuficiente	Suficiente	Excessiva	S/O	N/A	NR
• Aulas Teóricas	2,1	2,1	104	2	87	12	0	3	0
• Aulas Teórico-Práticas	1,9	1,9	104	15	82	4	0	3	0
• Aulas Práticas/Laboratoriais	1,8	1,7	104	21	69	4	0	10	0
• Trabalho de Campo	1,7	1,7	104	24	60	1	0	19	0
• Estágio/Projecto	2	1,9	104	5	59	7	0	33	0
• Seminário	1,9	1,8	104	9	61	2	0	32	0
• Orientação tutorial	2	1,9	104	4	64	1	0	35	0
• Carga horária global	2,1	2,1	104	2	86	9	0	7	0

<b>COORDENAÇÃO DO CURSO</b>	Média	Média Global	Total Resp.	1	2	3	4	S/O	N/A	NR
• A coordenação de curso demonstra disponibilidade para atendimento	3,1	3	104	0	9	68	20	7	0	0
• A coordenação de curso resolve de forma rápida e eficaz as questões identificadas pelos estudantes	2,9	2,8	104	2	19	62	15	6	0	0

## ANEXO II

• A coordenação de curso realiza iniciativas diversificadas	3	2,9	104	1	11	65	17	10	0	0
---	---	-----	-----	---	----	----	----	----	---	---

GRAU DE SATISFAÇÃO GLOBAL DO CURSO	Média	Média Global	Total Resp.	1	2	3	4	S/O	N/A	NR
• Os estudantes consideram-se, globalmente, satisfeitos com o funcionamento do curso	3	2,9	104	1	16	68	14	5	0	0

1 – Muito Insatisfeito      2 – Insatisfeito      3 – Satisfeito      4 – Muito Satisfeito      S/O – Sem Opinião      N/A – Não Se Aplica      NR – Não Resposta

SATISFAÇÃO COM AS CONDIÇÕES DE TRABALHO NA ESCOLA	Média	Média Global	Total Resp.	1	2	3	4	S/O	N/A	NR
• Equipamentos informáticos disponíveis	2,8	2,8	104	4	18	65	7	10	0	0
• Software disponível	2,9	2,8	104	2	12	74	5	11	0	0
• Qualidade das salas de aula	3,1	3	104	1	3	81	14	5	0	0
• Qualidade das salas de Informática	2,8	2,8	104	5	15	61	9	14	0	0
• Qualidade das salas de estudo/trabalho em grupo	2,9	3	104	3	9	77	9	6	0	0
• Qualidade dos ateliês / Oficinas	2,9	2,8	104	3	7	59	4	31	0	0
• Qualidade dos Laboratórios	2,8	2,9	104	5	9	59	5	26	0	0
• Qualidade dos Ginásios	2,9	2,9	104	5	10	69	15	5	0	0
• Qualidade da Biblioteca	3,1	3,1	104	1	4	76	14	9	0	0
• Condições de higiene	3,2	3,2	104	1	6	63	29	5	0	0
• Condições de segurança	3,2	3,2	104	1	8	63	26	6	0	0

SATISFAÇÃO COM O FUNCIONAMENTO DOS SERVIÇOS	Média	Média Global	Total Resp.	1	2	3	4	S/O	N/A	NR
• Serviços Académicos	3	2,9	104	3	10	70	12	9	0	0
• Serviço de Biblioteca	3,2	3,1	104	2	1	70	21	10	0	0
• Serviço de Informática	3	2,9	104	1	3	73	9	18	0	0
• Serviço de Tesouraria	3,1	3	104	2	4	68	13	17	0	0
• Serviço de Reprografia	3	2,8	104	2	6	61	9	26	0	0
• Serviços de Apoio: Serviço de Telefonista	2,9	2,9	104	3	9	57	10	25	0	0
Serviço de Bar	3,2	3,2	104	2	5	63	28	6	0	0
Serviço de Refeitório	3,2	3,2	104	2	5	55	23	19	0	0
Serviços de Ação Social	2,9	2,9	104	4	8	58	8	26	0	0
Serviço da Provedoria do Estudante	2,9	2,9	104	2	6	55	6	35	0	0
• Gabinete de Mobilidade e Cooperação Internacional (Erasmus)	3	3	104	1	8	48	8	39	0	0
• Gabinete de Apoio Psicopedagógico da Escola / IPS	3,1	3	104	0	5	52	9	38	0	0

SATISFAÇÃO COM A COMUNICAÇÃO E IMAGEM	Média	Média Global	Total Resp.	1	2	3	4	S/O	N/A	NR
• Informação disponível na página Web do IPS	3	2,9	104	4	4	74	12	10	0	0
• Informação disponível na página Web da Escola	2,9	2,9	104	3	10	71	8	12	0	0

## ANEXO II

---

▪ Imagem da Escola na comunidade envolvente/sociedade	2,9	3	104	4	7	73	9	11	0	0
▪ Imagem do IPS na comunidade envolvente/sociedade	3	2,9	104	5	2	76	9	12	0	0

<b>INTEGRAÇÃO DO ESTUDANTE NA COMUNIDADE ACADÊMICA</b>	<b>Média</b>	<b>Média Global</b>	<b>Total Resp.</b>	<b>Sim</b>	<b>NÃO</b>	<b>S/O</b>	<b>N/A</b>	<b>NR</b>
▪ Envolvimento dos estudantes na Associação de Estudantes e/ou Núcleos	1,7	1,7	104	31	73	0	0	0
▪ Envolvimento dos estudantes em atividades pedagógicas e científicas (participação e/ou organização de workshops, seminários, congressos)	1,6	1,6	104	44	60	0	0	0
▪ Envolvimento dos estudantes em atividades culturais, artísticas, desportivas, sociais e cívicas no âmbito da Escola	1,5	1,6	104	49	55	0	0	0
▪ Os estudantes consideram-se, globalmente, integrados na comunidade académica da Escola	1,3	1,4	104	72	32	0	0	0

16/10/2023 16:32:47

## INQUÉRITOS PEDAGÓGICOS

**Avaliação das Unidades Curriculares pelos Estudantes**  
**Ano letivo 2022/2023 - 1º Semestre**

<b>UNIDADE CURRICULAR (UC)/MÓDULO</b>			
<b>DOCENTE</b>			
<b>CURSO</b>	LLDCFS - Licenciatura em Desporto, Condição Física e Saúde		
<b>ANO</b>		Nº de respondentes/total alunos	134/287
<b>ESCOLA</b>			

◀ DISCORDO TOTALMENTE							CONCORDO TOTALMENTE▶							SO/NR – Sem Opinião/Não responde NA – Não Aplicável SR – Sem Resposta		
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	SO/NR	NA	SR

AVALIAÇÃO DO FUNCIONAMENTO DA UC	Média	Média Global	Total Respostas	1	2	3	4	5	6	7	SO/NR	NA	SR
Os objetivos da UC são claros.	55	5,7	619	15	21	27	60	72	282	127	12	3	0
A UC representa um contributo para a aquisição de competências associadas ao curso.	56	5,8	619	14	18	22	52	76	267	155	11	4	0
As plataformas online de aprendizagem e acesso à informação (Moodle, Sigarra, e-raizes, etc.) utilizadas na UC são adequadas.	55	5,7	619	27	25	19	49	73	276	133	13	4	0
Os procedimentos de avaliação das UC estão adequados aos respetivos objetivos de aprendizagem.	54	5,6	619	12	29	20	59	99	269	117	12	2	0
Os materiais de apoio disponíveis foram úteis.	52	5,6	619	34	32	31	51	75	261	113	14	8	0
Os métodos de avaliação foram adequados aos conteúdos da UC.	54	5,6	619	22	20	27	54	87	279	113	15	2	0
A UC promove o sentido crítico sobre o tema no contexto social e profissional.	54	5,6	619	16	18	30	60	91	279	106	16	3	0
A UC promove a autonomia na aprendizagem.	55	5,7	619	17	19	16	53	90	297	113	12	2	0
A UC promove o desenvolvimento de novas competências e capacidades.	55	5,8	619	13	23	13	53	100	279	124	11	3	0
Considero-me globalmente satisfeito/a com o funcionamento da UC.	52	5,5	619	32	37	26	58	81	261	107	14	3	0

AVALIAÇÃO DA INTERVENÇÃO DO/A DOCENTE	Média	Média Global	Total Respostas	1	2	3	4	5	6	7	SO/NR	NA	SR
O/a docente expôs a informação com clareza.	56	5,7	1372	43	44	51	89	156	552	384	34	19	0
A intervenção do/a docente estimulou o interesse sobre os conteúdos programáticos da UC.	55	5,5	1372	58	58	67	83	147	539	365	34	21	0
Há preocupação por parte do docente relativamente ao desempenho dos/das estudantes.	56	5,7	1372	49	44	51	106	141	537	388	36	20	0
O/a docente esclarece dúvidas quando solicitado.	58	6	1372	37	29	38	90	129	561	431	38	19	0
O/a docente estimula à participação e discussão.	57	5,7	1372	43	38	36	98	144	553	403	36	21	0
Considero-me globalmente satisfeito/a com a intervenção do/a docente.	56	5,7	1372	49	46	45	102	139	546	387	38	20	0

AUTOAVALIAÇÃO DO/A ESTUDANTE	Média	Média Global	Total Respostas	1	2	3	4	5	6	7	SO/NR	NA	SR
Vou regularmente às aulas (não faltei a mais do que duas/três).	62	6,1	619	8	6	6	28	42	247	272	8	2	0
Por norma envolvo-me ativamente nas atividades propostas na UC.	56	5,8	619	6	14	22	59	85	278	140	13	2	0
Adquiri novos conhecimentos e competências.	58	5,9	619	9	7	18	39	84	287	160	13	2	0
Considero-me globalmente satisfeito/a com a minha prestação, enquanto estudante, nesta UC.	56	5,8	619	10	23	16	54	67	297	132	18	2	0

## ANEXO III

---

1 – Insuficiente      2 – Suficiente      3 – Excessiva      **SO/NR** – Sem Opinião/Não responde  
– Sem Resposta      **NA** – Não Aplicável      **SR**

<b>AVALIAÇÃO DA CARGA DE TRABALHO E ORGANIZAÇÃO DA UC</b>	<b>Média</b>	<b>Média Global</b>	<b>Total Respostas</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>SO/NR</b>	<b>NA</b>	<b>SR</b>
Componente Teórica	2	2,1	619	32	495	59	24	9	0
Componente Prática	1,9	1,9	619	93	462	23	26	15	0
N.º de horas de Contacto	2	2	619	37	506	36	33	7	0
Nº de horas de Trabalho Autónomo	2,1	2	619	15	482	70	36	16	0

## INQUÉRITOS PEDAGÓGICOS

## Avaliação das Unidades Curriculares pelos Estudantes

Ano letivo 2022/2023 - 2º Semestre

<b>UNIDADE CURRICULAR (UC)/MÓDULO</b>			
<b>DOCENTE</b>			
<b>CURSO</b>	LLDCFS - Licenciatura em Desporto, Condição Física e Saúde		
<b>ANO</b>		Nº de respondentes/total alunos	106/292
<b>ESCOLA</b>	Escola Superior de Desporto de Rio Maior		

◀ DISCORDO TOTALMENTE							CONCORDO TOTALMENTE▶							SO/NR – Sem Opinião/Não responde NA – Não Aplicável SR – Sem Resposta		
1	2	3	4	5	6	7										

AVALIAÇÃO DO FUNCIONAMENTO DA UC	Média	Média Global	Total Respostas	1	2	3	4	5	6	7	SO/NR	NA	SR
Os objetivos da UC são claros.	5,5	5,5	502	9	16	23	40	58	241	88	25	2	0
A UC representa um contributo para a aquisição de competências associadas ao curso.	5,7	5,6	502	8	10	14	43	55	232	111	26	3	0
As plataformas online de aprendizagem e acesso à informação (Moodle, Sigarra, e-raízes, etc.) utilizadas na UC são adequadas.	5,5	5,6	502	13	14	18	44	51	244	89	28	1	0
Os procedimentos de avaliação das UC estão adequados aos respetivos objetivos de aprendizagem.	5,5	5,5	502	10	14	27	37	64	237	87	25	1	0
Os materiais de apoio disponíveis foram úteis.	5,4	5,5	502	17	14	28	42	58	234	81	24	4	0
Os métodos de avaliação foram adequados aos conteúdos da UC.	5,5	5,5	502	8	11	20	49	66	234	85	27	2	0
A UC promove o sentido crítico sobre o tema no contexto social e profissional.	5,6	5,5	502	8	12	16	40	59	245	96	25	1	0
A UC promove a autonomia na aprendizagem.	5,7	5,6	502	8	6	19	36	54	259	93	26	1	0
A UC promove o desenvolvimento de novas competências e capacidades.	5,7	5,6	502	6	7	11	38	59	249	105	23	4	0
Considero-me globalmente satisfeito/a com o funcionamento da UC.	5,5	5,5	502	11	16	18	42	59	241	83	28	4	0

AVALIAÇÃO DA INTERVENÇÃO DO/A DOCENTE	Média	Média Global	Total Respostas	1	2	3	4	5	6	7	SO/NR	NA	SR
O/a docente expôs a informação com clareza.	5,8	5,6	1210	13	28	44	85	125	534	321	55	5	0
A intervenção do/a docente estimulou o interesse sobre os conteúdos programáticos da UC.	5,7	5,5	1210	21	36	50	85	139	502	315	57	5	0
Há preocupação por parte do docente relativamente ao desempenho dos/das estudantes.	5,8	5,6	1210	15	29	36	83	129	525	331	58	4	0
O/a docente esclarece dúvidas quando solicitado.	5,9	5,8	1210	10	18	32	72	123	541	352	57	5	0
O/a docente estimula à participação e discussão.	5,8	5,7	1210	15	25	34	78	137	535	325	56	5	0
Considero-me globalmente satisfeito/a com a intervenção do/a docente.	5,8	5,6	1210	16	29	30	91	124	527	329	56	8	0

AUTOAVALIAÇÃO DO/A ESTUDANTE	Média	Média Global	Total Respostas	1	2	3	4	5	6	7	SO/NR	NA	SR
Vou regularmente às aulas (não faltei a mais do que duas/três).	5,9	5,6	502	5	20	16	23	31	213	161	26	7	0
Por norma envolvo-me ativamente nas atividades propostas na UC.	5,7	5,6	502	5	13	12	40	64	231	107	27	3	0
Adquiri novos conhecimentos e competências.	5,8	5,7	502	3	6	9	41	52	246	115	28	2	0

## ANEXO IV

---

Considero-me globalmente satisfeito/a com a minha prestação, enquanto estudante, nesta UC.	57	56	502	4	15	15	33	58	234	114	27	2	0
--	----	----	-----	---	----	----	----	----	-----	-----	----	---	---

1 – Insuficiente    2 – Suficiente    3 – Excessiva    **SO/NR** – Sem Opinião/Não responde    **NA** – Não Aplicável    **SR** – Sem Resposta

AVALIAÇÃO DA CARGA DE TRABALHO E ORGANIZAÇÃO DA UC	Média	Média Global	Total Respostas	1	2	3	SO/NR	NA	SR
Componente Teórica	2	2,1	502	21	409	42	27	3	0
Componente Prática	2	1,9	502	50	386	34	27	5	0
N.º de horas de Contacto	2	2	502	24	410	28	34	6	0
Nº de horas de Trabalho Autónomo	2,1	2	502	20	377	66	36	3	0

**RAIDES**

**Instituto Politécnico de Santarém - Escola Superior de Desporto de Rio Maior (1314500/3145)**

06-Inscritos por ano letivo, município do estabelecimento de ensino, município de residência do aluno e a situação de deslocado da resid

Quadro no Excel

Ano letivo	Município do estabelecimento de ensino	Município da residência permanente do aluno	Situação		
			Total	Deslocado	Não deslocado
2021/2022	Rio Maior	Rio Maior	31	0	31
2021/2022	Rio Maior	Abrantes	8	0	8
2021/2022	Rio Maior	Águeda	1	0	1
2021/2022	Rio Maior	Albufeira	9	0	9
2021/2022	Rio Maior	Alcácer do Sal	1	0	1
2021/2022	Rio Maior	Alcanena	5	0	5
2021/2022	Rio Maior	Alcobaça	31	0	31
2021/2022	Rio Maior	Alcochete	1	0	1
2021/2022	Rio Maior	Alenquer	29	0	29
2021/2022	Rio Maior	Almada	11	0	11
2021/2022	Rio Maior	Almeida	2	0	2
2021/2022	Rio Maior	Almelrim	19	0	19
2021/2022	Rio Maior	Alpiarça	6	0	6
2021/2022	Rio Maior	Alvaiázere	1	0	1
2021/2022	Rio Maior	Amadora	13	0	13
2021/2022	Rio Maior	Angra do Heroísmo	8	0	8
2021/2022	Rio Maior	Ansião	1	0	1
2021/2022	Rio Maior	Arganil	1	0	1
2021/2022	Rio Maior	Arraiolos	2	0	2
2021/2022	Rio Maior	Arruda dos Vinhos	11	0	11
2021/2022	Rio Maior	Aveiro	5	0	5
2021/2022	Rio Maior	Azambuja	13	0	13
2021/2022	Rio Maior	Barcelos	1	0	1
2021/2022	Rio Maior	Barreiro	5	0	5
2021/2022	Rio Maior	Batalha	2	0	2
2021/2022	Rio Maior	Beja	5	0	5
2021/2022	Rio Maior	Belmonte	1	0	1
2021/2022	Rio Maior	Benavente	14	0	14
2021/2022	Rio Maior	Bombarral	10	0	10
2021/2022	Rio Maior	Borba	1	0	1
2021/2022	Rio Maior	Cadaval	4	0	4
2021/2022	Rio Maior	Caldas da Rainha	45	0	45
2021/2022	Rio Maior	Calheta (R.A.M.)	3	0	3
2021/2022	Rio Maior	Câmara de Lobos	4	0	4
2021/2022	Rio Maior	Cantanhede	1	0	1
2021/2022	Rio Maior	Cartaxo	10	0	10
2021/2022	Rio Maior	Cascais	8	0	8
2021/2022	Rio Maior	Castelo Branco	4	0	4
2021/2022	Rio Maior	Castro Daire	1	0	1
2021/2022	Rio Maior	Castro Marim	1	0	1
2021/2022	Rio Maior	Chamusca	2	0	2
2021/2022	Rio Maior	Chaves	1	0	1
2021/2022	Rio Maior	Coimbra	5	0	5
2021/2022	Rio Maior	Constância	1	0	1
2021/2022	Rio Maior	Coruche	1	0	1
2021/2022	Rio Maior	Covilhã	2	0	2
2021/2022	Rio Maior	Crato	1	0	1
2021/2022	Rio Maior	Desconhecido	18	0	18
2021/2022	Rio Maior	Elvas	8	0	8
2021/2022	Rio Maior	Entroncamento	7	0	7
2021/2022	Rio Maior	Espinho	1	0	1
2021/2022	Rio Maior	Estremoz	2	0	2
2021/2022	Rio Maior	Évora	9	0	9
2021/2022	Rio Maior	Faro	14	0	14
2021/2022	Rio Maior	Ferreira do Zêzere	2	0	2
2021/2022	Rio Maior	Figueira da Foz	5	0	5
2021/2022	Rio Maior	Funchal	21	0	21
2021/2022	Rio Maior	Fundão	4	0	4
2021/2022	Rio Maior	Gavião	1	0	1
2021/2022	Rio Maior	Golegã	4	0	4
2021/2022	Rio Maior	Gouveia	3	0	3
2021/2022	Rio Maior	Grândola	2	0	2
2021/2022	Rio Maior	Guarda	4	0	4
2021/2022	Rio Maior	Guimarães	1	0	1
2021/2022	Rio Maior	Horta	4	0	4

Ano letivo	Município do estabelecimento de ensino	Município da residência permanente do aluno	Situação		
			Total	Deslocado	Não deslocado
2021/2022	Rio Maior	Idanha-a-Nova	1	0	1
2021/2022	Rio Maior	Ílhavo	1	0	1
2021/2022	Rio Maior	Lagoa (Algarve)	6	0	6
2021/2022	Rio Maior	Lagoa (R.A.A.)	1	0	1
2021/2022	Rio Maior	Lagos	2	0	2
2021/2022	Rio Maior	Lajes das Flores	1	0	1
2021/2022	Rio Maior	Lelria	26	0	26
2021/2022	Rio Maior	Lisboa	18	0	18
2021/2022	Rio Maior	Loulé	3	0	3
2021/2022	Rio Maior	Loures	12	0	12
2021/2022	Rio Maior	Lourinhã	8	0	8
2021/2022	Rio Maior	Lousã	2	0	2
2021/2022	Rio Maior	Machico	4	0	4
2021/2022	Rio Maior	Madalena	1	0	1
2021/2022	Rio Maior	Mafra	30	0	30
2021/2022	Rio Maior	Marco de Canaveses	1	0	1
2021/2022	Rio Maior	Marinha Grande	14	0	14
2021/2022	Rio Maior	Mealhada	1	0	1
2021/2022	Rio Maior	Mira	2	0	2
2021/2022	Rio Maior	Mogadouro	1	0	1
2021/2022	Rio Maior	Moita	3	0	3
2021/2022	Rio Maior	Montemor-o-Novo	6	0	6
2021/2022	Rio Maior	Montemor-o-Velho	2	0	2
2021/2022	Rio Maior	Montijo	5	1	4
2021/2022	Rio Maior	Mora	2	0	2
2021/2022	Rio Maior	Mortágua	2	0	2
2021/2022	Rio Maior	Moura	1	0	1
2021/2022	Rio Maior	Nazaré	11	0	11
2021/2022	Rio Maior	Nelas	2	0	2
2021/2022	Rio Maior	Nisa	1	0	1
2021/2022	Rio Maior	Óbidos	6	0	6
2021/2022	Rio Maior	Odemira	5	0	5
2021/2022	Rio Maior	Odivelas	9	0	9
2021/2022	Rio Maior	Oeiras	10	0	10
2021/2022	Rio Maior	Olhão	2	0	2
2021/2022	Rio Maior	Oliveira do Bairro	1	0	1
2021/2022	Rio Maior	Oliveira do Hospital	3	0	3
2021/2022	Rio Maior	Ourém	11	0	11
2021/2022	Rio Maior	Ovar	1	0	1
2021/2022	Rio Maior	Palmela	3	0	3
2021/2022	Rio Maior	Paredes de Coura	1	0	1
2021/2022	Rio Maior	Penacova	2	0	2
2021/2022	Rio Maior	Penalva do Castelo	1	0	1
2021/2022	Rio Maior	Peniche	22	0	22
2021/2022	Rio Maior	Pombal	10	0	10
2021/2022	Rio Maior	Ponta Delgada	6	0	6
2021/2022	Rio Maior	Ponta do Sol	1	0	1
2021/2022	Rio Maior	Ponte de Sor	2	0	2
2021/2022	Rio Maior	Portalegre	3	0	3
2021/2022	Rio Maior	Portel	2	0	2
2021/2022	Rio Maior	Portimão	7	0	7
2021/2022	Rio Maior	Porto	1	0	1
2021/2022	Rio Maior	Porto de Mós	7	0	7
2021/2022	Rio Maior	Porto Moniz	1	0	1
2021/2022	Rio Maior	Póvoa de Lanhoso	1	0	1
2021/2022	Rio Maior	Póvoa de Varzim	2	0	2
2021/2022	Rio Maior	Proença-a-Nova	2	0	2
2021/2022	Rio Maior	Reguengos de Monsaraz	1	0	1
2021/2022	Rio Maior	Sabugal	4	0	4
2021/2022	Rio Maior	Salvaterra de Magos	8	0	8
2021/2022	Rio Maior	Santa Cruz	8	0	8
2021/2022	Rio Maior	Santa Maria da Feira	1	0	1
2021/2022	Rio Maior	Santana	1	0	1
2021/2022	Rio Maior	Santarém	48	0	48
2021/2022	Rio Maior	Santiago do Cacém	2	0	2
2021/2022	Rio Maior	Santo Tirso	1	0	1
2021/2022	Rio Maior	São Brás de Alportel	2	0	2
2021/2022	Rio Maior	São João da Madeira	1	0	1
2021/2022	Rio Maior	São Vicente	1	0	1
2021/2022	Rio Maior	Sardoal	2	0	2
2021/2022	Rio Maior	Seia	7	0	7
2021/2022	Rio Maior	Seixal	9	1	8
2021/2022	Rio Maior	Serpa	1	0	1
2021/2022	Rio Maior	Sertã	1	0	1
2021/2022	Rio Maior	Sesimbra	1	0	1
2021/2022	Rio Maior	Setúbal	9	0	9
2021/2022	Rio Maior	Sever do Vouga	2	0	2
2021/2022	Rio Maior	Silves	2	0	2
2021/2022	Rio Maior	Sines	7	0	7
2021/2022	Rio Maior	Sintra	37	0	37
2021/2022	Rio Maior	Sobral de Monte Agraço	3	0	3

Ano letivo	Município do estabelecimento de ensino	Município da residência permanente do aluno	Situação		
			Total	Deslocado	Não deslocado
2021/2022	Rio Maior	Sousel	1	0	1
2021/2022	Rio Maior	Tábua	1	0	1
2021/2022	Rio Maior	Tavira	4	0	4
2021/2022	Rio Maior	Tomar	8	0	8
2021/2022	Rio Maior	Tondela	1	0	1
2021/2022	Rio Maior	Torres Novas	7	0	7
2021/2022	Rio Maior	Torres Vedras	50	0	50
2021/2022	Rio Maior	Trancoso	1	0	1
2021/2022	Rio Maior	Vagos	9	0	9
2021/2022	Rio Maior	Velas	4	0	4
2021/2022	Rio Maior	Vendas Novas	1	0	1
2021/2022	Rio Maior	Viana do Alentejo	2	0	2
2021/2022	Rio Maior	Viana do Castelo	1	0	1
2021/2022	Rio Maior	Vila da Praia da Vitória	7	0	7
2021/2022	Rio Maior	Vila Franca de Xira	29	0	29
2021/2022	Rio Maior	Vila Nova da Barquinha	2	0	2
2021/2022	Rio Maior	Vila Nova de Famalicão	2	0	2
2021/2022	Rio Maior	Vila Nova de Gaia	2	0	2
2021/2022	Rio Maior	Vila Pouca de Aguiar	1	0	1
2021/2022	Rio Maior	Vila Real de Santo António	2	0	2
2021/2022	Rio Maior	Viseu	3	0	3
2021/2022	Rio Maior	Vouzela	1	0	1
		<b>Total</b>	<b>1042</b>	<b>2</b>	<b>1040</b>

Mostrando de 1 até 169 de 169 registos

Se não encontra a informação que pretende, por favor, contacte a DGEEC através do email: [dees.raides@dgeec.mec.pt](mailto:dees.raides@dgeec.mec.pt)

**RACIONAL | PERTINÊNCIA**

O garante de uma formação de elevada qualidade, é, do ponto de vista da atual Coordenação da Licenciatura em Desporto, Condição Física e Saúde (LDCFS), da Escola Superior de Desporto de Rio Maior-IPSantarém (ESDRM-IPSantarém), um fator determinante para continuar a manter a adesão dos estudantes à LDCFS, reduzir o abandono escolar, aumentar os níveis de competitividade desta Licenciatura, face a outras Licenciaturas, desta área de formação, e sobretudo preparar os estudantes (futuros profissionais) dotando-os de um conjunto de conhecimentos e competências para um desempenho profissional de excelência, aquando da intervenção no mercado de trabalho.

Para o efeito, é fundamental desenvolver, de forma adequada e ajustada, os conteúdos programáticos das Unidades Curriculares (UCs), atualizando-os, tendo por referência, por um lado, a necessidade de manter a dialética entre conhecimentos e competências adquiridas e as exigências do mercado de trabalho e, por outro lado, que os conteúdos programáticos possam proporcionar experiências transformadoras, para que o futuro profissional não seja apenas um mero executor, mas que tenha também capacidade e pensamento crítico para construir e inovar, na sua área de intervenção.

Os serviços prestados na área do fitness são cada vez mais especializados e diversificados e a especificidade de funções que atualmente um profissional da área do fitness desempenha exige que os currículos de formação estejam ajustados e adequados a estas necessidades, de forma a dar resposta às crescentes solicitações do mercado de trabalho.

Não obstante, a pandemia SARS-COV-2, responsável pela doença COVID-19, exerceu efeitos significativos, prolongados, diversificados e sobretudo transformadores para a área do fitness, onde as mudanças tecnológicas e as alterações estruturais e conjunturais, que decorreram do contexto pandémico, precipitaram uma aceleração da mudança do ecossistema da área do fitness, tornando este ambiente mais complexo e de constantes novidades. Esta transformação deve-se a fatores como a volatilidade, automação digital, necessidades específicas e diferenciadas da população, bem como às mudanças socioeconómicas do nosso país. Neste sentido, o profissional de fitness tem de estar capacitado para dar resposta adequada a estas necessidades e transformações.

Face ao exposto, a Coordenação da LDCFS, atenta as estas transformações, entendeu que era determinante avaliar e compreender o posicionamento, estratégico, da LDCFS ao nível da

formação que ministra, de forma a verificar se por um lado está a formar futuros profissionais capazes de dar resposta às atuais necessidades do mercado de trabalho e por outro se está a capacitar os seus estudantes para que também estes, aquando da sua intervenção no mercado de trabalho, sejam capazes de serem transformadores e desenvolverem tendências, bem como a capacidade de reconstruir os saberes e a produção de novos conhecimentos. Reforça-se, que se pretende, com estas adequações, que os estudantes possam saber aplicar os conhecimentos e a capacidade de compreensão adquiridos, de forma a evidenciarem uma abordagem científica, técnica e profissional ao trabalho desenvolvido na sua área vocacional.

Para avaliar a eventual necessidade de realização de ajustes/atualização aos programas das UCs da LDCFS, foram realizados um conjunto de procedimento que se apresentam infra.

## **PROCEDIMENTOS**

- com o intuito de verificar a posição estratégica da LDCFS, face ao ambiente que a rodeia, foi realizada uma análise SWOT com o objetivo de identificar as forças, oportunidades, fraquezas e ameaças desta Licenciatura. Esta análise permitiu realizar um diagnóstico e consequentemente delinear estratégias para potenciar as forças e oportunidades bem como reduzir as possíveis fraquezas e ameaças;
- realização de reuniões de auscultação, reflexão e debate com regentes e docentes de unidades curriculares (UCs) da LDCFS, com vista a verificar a eventual necessidade de ajustes/adequação dos conteúdos programáticos, considerando as necessidades do mercado de trabalho, as tendências, a articulação da interdisciplinaridade entre UCs, as metodologias de ensino, o sucesso escolar e a capacidade dos estudantes serem transformadores;
- realização de reuniões de auscultação, reflexão e debate com os alunos do 1.º, 2.º e 3.º anos e alunos estagiários, da LDCFS, com o intuito de perceber o seu nível de satisfação e insatisfação em relação à LDCFS, onde lhes foi questionado a sua opinião acerca da estrutura curricular da LDCFS e programas/conteúdos das UCs, a sua opinião acerca das UCs de Opção, a sua opinião acerca de aspetos a melhorar relativamente à LDCFS, quais as dificuldades que sentem, e outro e qualquer comentário/contributo, de forma livre, que entendessem realizar;
- realização de reuniões de auscultação, reflexão e debate com diplomados da LDCFS, com mais e menos experiência no mercado de trabalho, para partilha de dificuldades que tenham sentido aquando da entrada no mercado de trabalho, partilha experiências e boas práticas, sendo também questionado, quais os conhecimentos e competências que deve ter um profissional do fitness para atuar no atual mercado de trabalho;

- realização de um roteiro que promoveu um conjunto de auscultações acerca do perfil do profissional de fitness e das competências necessárias para intervir no mercado de trabalho, junto de entidades empregadoras na área do fitness, associações de profissionais do setor, associação dos ginásios, entidades e associações europeias do setor, Instituto Português do Desporto e da Juventude, I.P. (IPDJ, I.P.), individualidades de reconhecido mérito, nesta área socioprofissional;
- realização de reuniões com outros coordenadores de curso, desta área socioprofissional, de outras Instituições de Ensino Superior (IES), com vista à partilha de experiências e boas práticas;
- análise dos dados realizados pelo observatório da ESDRM sobre o acompanhamento e monitorização acerca da integração dos diplomados da LDCFS no mercado de trabalho;
- estando a Coordenação da LDCFS atenta aos movimentos do cenário internacional foi realizada uma análise, acompanhamento e participação no estudo internacional (*Worldwide Fitness Trends*), em parceria com o *American College of Sport Medicine*, sobre as tendências do Fitness em Portugal, na Europa e no Mundo;
- análise dos programas de formação, da área do fitness, de outras IES nacionais e internacionais bem como de escolas técnico-profissionais desta área;
- análise do quadro europeu de qualificações e dos “Fitness Standards” da Europe Active – Associação Europeia da área do Fitness;
- análise de projetos europeus que enquadram questões relacionadas com a formação nesta área;
- análise de documentos/relatórios nacionais e internacionais, de referência, com dados relacionados com esta área de formação (ex.: Infografia profissionais de fitness do IPDJ, I.P., Barómetro da AGAP/Portugal Ativo, Desporto em Números do INE, Eurobarometer of Sport and Physical Activitie, EOSE National Fact Sheet);
- análise do desenvolvimento de currículos e plano de estudos com base na metodologia *Six-Step-Model*;
- análise do atual Regime de Enquadramento Legal para os Profissionais de Fitness (Lei n.º 39/2012 de 28 de agosto).

#### **APRESENTAÇÃO DOS AJUSTES/ADEQUAÇÃO DE ALGUNS PROGRAMAS DE UCs DA LDCFS**

Atendendo à análise dos resultados obtidos, após a realização dos procedimentos anteriormente identificados e apresentados, verificou-se a necessidade de realizar alguns ajustes, adequações e atualizações a alguns Programas de algumas UCs.

Desta forma, infra, e tendo por referência o estabelecido no n.º 3 do artigo 55.º dos Estatutos da ESDRM, são apresentadas as principais atualizações realizadas. Para uma consulta mais exaustiva encontram-se, as mesmas, consubstanciadas nos respetivos PUCs.

- Relativamente às UCs de Opção da LDCFS foram introduzidas algumas adequações, designadamente no 1.º ano, 1.º semestre, 2.º ano, 1.º semestre e no 2.º ano, 2.º semestre, tal como se pode observar nos quadros, em baixo.

<p align="center"><b>1.º ANO-1.º SEMESTRE UCS DE OPÇÃO QUE ESTAVAM DISPONÍVEIS</b></p>	<p align="center"><b>1.º ANO-1.º SEMESTRE UCS DE OPÇÃO QUE ESTÃO, ATUALMENTE, DISPONÍVEIS</b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Natação para Bebés</li> <li>○ O Corpo Humano na Medicina Chinesa</li> <li>○ Psicofisiologia das Atividades de Ginásio</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Natação para Bebés</li> <li>✓ O Corpo Humano na Medicina Chinesa</li> <li>✓ Psicofisiologia das Atividades de Ginásio</li> <li>✓ Atividade Física para Pessoas com Deficiência*</li> <li>✓ **</li> </ul> <p>*considerando as várias medidas e estratégias que têm vindo a ser implementadas pelo governo português e pelas mais diversas entidades nacionais e internacionais, para a promoção da prática de atividade física, para a população com deficiência, o próprio PT2030, prevê a construção, requalificação, modernização e conservação de infraestruturas desportivas, que promovam a igualdade de acesso ao desporto, dando sinal da importância e do investimento que se pretende realizar ao nível do desporto inclusivo. O contexto da prática de atividade física, para a população com deficiência nas suas diversas vertentes, tem vindo nos últimos anos a crescer, sendo que os profissionais do desporto assumem um papel importante para o</p>

	<p>desenvolvimento e crescimento deste contexto. O papel da atividade física adaptada, quando inserida em estilos de vida saudáveis, merece particular destaque, enquanto instrumento essencial para a melhoria da condição física, da qualidade de vida e do bem-estar das pessoas com deficiência e para tal é necessário que os profissionais da área do desporto possuam as competências necessárias para intervir neste contexto em particular. Atendendo a estes factos entendeu a Coordenação da LDCFS a importância e necessidade de estimular e garantir os conhecimentos e as competências necessárias, nestes domínios, aos alunos da LDCFS para eventual intervenção profissional.</p> <p><b>**atendendo à importância da flexibilidade curricular, trazida, essencialmente, pelo Processo de Bolonha e uma vez que as Licenciaturas de TD e DNTA também apresentam UCs de Opção para os seus estudantes, no 1.º ano, 1.º semestre, com o mesmo número de ECTS, aprovou-se que as UCs de Opção destes cursos, estariam disponíveis para todos os estudantes das Licenciaturas DCFS, TD e DNTA (1.º ano, 1.º semestre). Assim, para além das UCs anteriormente apresentadas, passaram a estar disponíveis para os estudantes da LDCFS as seguintes UCs de Opção:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>✓ Adaptações Neuromusculares no Desporto</li></ul>
--	--

	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Fundamentos Biológicos do Treino Desportivo</li> <li>✓ Voleibol</li> <li>✓ Psicologia das Lesões Desportivas</li> </ul>
--	--

<b>2.º ANO-1.º SEMESTRE UCS DE OPÇÃO QUE ESTAVAM DISPONÍVEIS</b>	<b>2.º ANO-1.º SEMESTRE UCS DE OPÇÃO QUE ESTÃO, ATUALMENTE, DISPONÍVEIS</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Dinâmicas de Grupo</li> <li>○ Variações Coreográficas</li> <li>○ Pilates</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Dinâmicas de Grupo</li> <li>✓ Variações Coreográficas</li> <li>✓ Crosstraining*</li> </ul> <p>*atendendo às auscultações e análise realizada pela Coordenação da LDCFS bem como ao contínuo crescimento de praticantes desta modalidade, juntamente com as recentes tendências do fitness em Portugal, onde se destacam atividades de treino funcional, treino intervalado de alta intensidade, treino funcional de alta intensidade e as aulas de grupo no topo das 20 tendências do fitness em Portugal, sugere que o Crosstraining é uma área de atuação específica, que continua em franca expansão, e que pode constituir-se como um mercado de intervenção para os alunos da LDCFS que queiram investir mais nesta área profissional.</p> <p>Por sua vez relativamente à modalidade de Pilates, constatou-se que esta se encontra já bem presente e sedimentada no mercado do fitness, com milhares de praticantes, sendo oferecida pela grande maioria dos ginásios, prevendo-se a sua longevidade de implementação. Neste sentido, optou-se</p>

	por a mesma ser integrada enquanto módulo, obrigatório, na UC de Fitness III.
--	---

2.º ANO-2.º SEMESTRE UCS DE OPÇÃO QUE ESTAVAM DISPONÍVEIS	2.º ANO-2.º SEMESTRE UCS DE OPÇÃO QUE ESTÃO, ATUALMENTE, DISPONÍVEIS
<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Coaching e Wellness</li> <li>○ Nutrição e Suplementação no Desporto</li> <li>○ Tendências Tecnológicas no Fitness</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Coaching e Wellness</li> <li>✓ Nutrição e Suplementação no Desporto</li> <li>✓ Eletroestimulação no Fitness*</li> </ul> <p>*atendendo às auscultações e análise realizada pela Coordenação da LDCFS e segundo os últimos relatórios do ACSM, sobre as tendências no Fitness, o uso da tecnologia, ao serviço de treinos rápidos e eficientes e do <i>Personal Trainer</i>, são tendência a nível mundial. A electroestimulação surgiu recentemente como mais uma modalidade de treino popular no mercado do Fitness. Embora a tecnologia seja já conhecida e explorada na reabilitação e no desporto há algum tempo, ficou amplamente conhecida como método de treino na Europa nos recentes anos. A oferta de treinos com electroestimulação em pequenos estúdios e ginásios tem aumentado nos últimos anos, sendo cada vez mais um complemento, ou mesmo, uma alternativa à atividade física convencional. Por sua vez e considerando o impacto da pandemia SARS-COV-2, responsável pela doença COVID-19, que exerceu efeitos significativos no aumento do recurso à tecnologia digital, bastante presente nos ginásios em Portugal e no mundo, optou-se</p>

	que os conteúdos abordados na UC Tendências Tecnológicas no Fitness fossem ajustados e incorporados num módulo obrigatório da UC de Fitness VI, passando a denominar-se Tecnologia no Fitness.
--	--

- Relativamente às UCs de Fitness I, II, III, V e VI, também foram realizadas algumas atualizações nos seus programas. Estas atualizações decorreram das várias auscultações e análises realizadas, pelas necessidades, identificadas, do mercado de trabalho da área do fitness, pelos ajustes realizados nas UCs de Opção e consequente articulação com as UCs de Fitness I, II, III, V e VI da LDCFS, pela experiência em formar estudantes com os conteúdos programáticos que já tinham sido implementados, bem como pela necessidade de articulação e sequencialidade dos vários conteúdos e interdisciplinaridade entre as várias UCs da LDCFS. Assim, apresenta-se no quadro infra, de forma sistematizada e resumida, as atualizações realizadas. Para uma consulta mais exaustiva encontram-se, as mesmas, consubstanciadas nos respetivos PUCs.

<b>1.º ANO-1.º SEMESTRE UC FITNESS I</b>	<b>1.º ANO-1.º SEMESTRE UC FITNESS I ATUALIZADA</b>
Módulos existentes: <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Introdução ao Fitness</li> <li>○ Aeróbica e Step I</li> </ul>	Módulos atuais: <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Introdução ao Fitness (IF)</li> <li>✓ Introdução ao Treino Cardiovascular e Muscular (ITCM)*</li> </ul> <p>*com o intuito de dar corpo , de uma forma transversal, às várias modalidades que vão ser abordadas ao longo das UCs de Fitness, bem como introduzir conceitos de base que servem de suporte para outras UCs como é o caso, por exemplo, das UCs de Avaliação e Prescrição do Exercício, entendeu-se introduzir este novo módulo e retirar o módulo de Aeróbica e Step I. Sendo que no módulo de ITCM são abordados conteúdos que capacitam e preparam os estudantes, para desenvolvimento dos conteúdos a</p>

	apresentar nos módulos de Aeróbica e Step e Localizada que irão decorrer na UC de Fitness II (1.º ano, 2.º semestre).
--	---

<b>1.º ANO-2.º SEMESTRE UC FITNESS II</b>	<b>1.º ANO-2.º SEMESTRE UC FITNESS II ATUALIZADA</b>
Módulos existentes: <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Aeróbica e Step II</li> <li>○ Localizada I</li> <li>○ Musculação I</li> </ul>	Módulos atuais: <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Aeróbica e Step*</li> <li>✓ Localizada*</li> <li>✓ Musculação I</li> </ul> *atendendo ao facto de que o módulo de ITCM (Fitness I) já contempla um conjunto de conceitos e matérias que suportam alguns dos conteúdos necessários para administração de aulas de Aeróbica e Step (AS), Localizada e Musculação I optou-se por passar a existir um módulo de AS e um de Localizada, ao invés de dois, tendo também sido reajustados as horas de Musculação I.

<b>2.º ANO-1.º SEMESTRE UC FITNESS III</b>	<b>2.º ANO-1.º SEMESTRE UC FITNESS III ATUALIZADA</b>
Módulos existentes: <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Hip Hop</li> <li>○ Localizada II</li> <li>○ Stretching</li> </ul>	Módulos atuais: <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Hip Hop</li> <li>✓ Pilates*</li> <li>✓ Stretching</li> </ul> *tal como foi referido no capítulo das UCs de Opção atendendo ao facto de que a modalidade de Pilates encontra-se muito bem implementada e com enorme expansão nas unidades que prestam serviços de Fitness, com milhares de praticantes, prevendo-se a sua longevidade

	de implementação, optou-se por a mesma ser integrada enquanto módulo, obrigatório, na UC de Fitness III.
--	--

3.º ANO-1.º SEMESTRE UC FITNESS V	3.º ANO-1.º SEMESTRE UC FITNESS V ATUALIZADA
<p>Módulos existentes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Variação de Atividades e Métodos (VAM)</li> <li>○ Treino Personalizado (PT)</li> </ul>	<p>Módulos atuais:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Variação Atividades Expressivas e Coreográficas (VAEC)*</li> <li>✓ Variação Atividades Atléticas (VAA)</li> <li>✓ Body&amp;Mind (BM)*</li> <li>✓ Periodização do Treino em Aulas Grupo (PAG)</li> </ul> <p>*considerando que o módulo de VAM incluía muitas e diversas atividades, com objetivos e características diferenciadas, tornando-se muito extenso em termos de horas, conteúdos e avaliações, verificou-se a necessidade de dividir este módulo em dois módulos, nomeadamente VAEC e VAA, agrupando as atividades em função dos seus objetivos e características. Esta divisão permite uma maior sistematização e interligação de conteúdos, facilitando, conseqüentemente, por um lado a aprendizagem por parte dos alunos e por outro permite realizar um ajuste do número de horas de cada módulo. Com este reajuste, o módulo de PT deixou de estar nesta UC e passou a estar incluído na UC de Fitness VI, uma vez que se verificou a necessidade da aprendizagem de um conjunto de conteúdos (ex.: BM) que vão ser necessários para as aprendizagens</p>

	<p>relacionadas com o PT. Estes ajustes permitiram incluir, nesta UC o módulo de BM (que estava na UC de Fitness VI) e um novo módulo denominado Periodização do Treino em Aulas Grupo. Este novo módulo, surge, por se ter verificado que os estudantes desta Licenciatura apresentavam muitas dificuldades em desenvolver periodizações de treino, no contexto de Aulas de Grupo, sendo esta competência necessária para uma melhor intervenção no âmbito do estágio curricular e, futuramente, no mercado de trabalho.</p>
--	---

<p align="center"><b>3.º ANO-2.º SEMESTRE</b> <b>UC FITNESS VI</b></p>	<p align="center"><b>3.º ANO-2.º SEMESTRE</b> <b>UC FITNESS VI ATUALIZADA</b></p>
<p>Módulos existentes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Body &amp; Mind</li> <li>○ Interpretação Musical em exibições e Competições (IMEC)</li> <li>○ Direção Técnica de Ginásios</li> </ul>	<p>Módulos atuais:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Interpretação Musical em exibições e Competições (IMEC)</li> <li>✓ Tecnologia no Fitness</li> <li>✓ Treno Personalizado</li> <li>✓ Direção Técnica de Ginásios</li> </ul> <p>*tal como referido anteriormente, no capítulo das UCs de Opção, atendendo às auscultações e análise realizada pela Coordenação da LDCFS e segundo os últimos relatórios do ACSM, sobre as tendências no Fitness, o uso da tecnologia, ao serviço de treinos rápidos e eficientes e do <i>Personal Trainer</i>, são tendência a nível mundial, optou-se por integrar na UC de Fitness VI o módulo obrigatório denominado Tecnologia no Fitness.</p>

- Relativamente às UCs de Avaliação e Prescrição de Exercício (I, II e III), foram realizados alguns ajustes considerando que estas UCs abordam os procedimentos de avaliação das várias componentes da condição física, permitindo uma adequada e segura prescrição de exercício, sendo, por isso, fundamentais para intervenção dos futuros profissionais de Fitness. Após consulta aos docentes que lecionam estas UCs, aos orientadores de estágio (nas entidades acolhedoras e académicos) e alunos estagiários, concluiu-se que a avaliação prática final dos estudantes deveria incidir na aplicação, em aula, dos diferentes protocolos, acompanhados por a prescrição de treino ajustada aos dados recolhidos, representando, também, um maior peso na nota final.
- Também, por uma questão de lógica sequencial de conteúdos e interdisciplinaridade, os conteúdos da UC de Sistemática do Desporto I (SDI) passaram para a UC de Sistemática do Desporto II (SDII) e os conteúdos da UC de SDII passaram para a UC de SDI. Este ajuste foi realizado por se ter verificado a necessidade de existir uma primeira abordagem e contacto com o trabalho com crianças no 1.º semestre a par com a UC de Opção de Natação para Bebés, ficando as matérias relacionadas com os Desportos Coletivos e a Natação no 2.º semestre permitindo, de forma sequencial, que os estudantes depois de terem contacto com a atividade de Natação e os princípios relacionados com o meio aquático, iniciem o 1.º semestre, 2.º ano, com o módulo de Hidroginástica da UC de Fitness III, já com um conjunto de noções abordadas na atividade de Natação. Este ajuste permite também que num primeiro momento sejam abordados conteúdos relacionados com as AECs e no 2.º semestre possa haver continuidade destes conteúdos com a apresentação e exploração dos Jogos Coletivos.
- Por fim, ao nível da UC de Estágio, dar nota de que, após consulta aos orientadores académicos e entidades acolhedoras de estágio e empregadoras, verificou-se a necessidade de integrar um novo item na avaliação final dos estudantes denominado: “Competências Pessoais e relacionais”. Esta integração teve por base a constatação da dificuldade dos estudantes em, algumas vezes, integrarem as normas e procedimentos da entidade, bem como apresentarem algumas limitações na interação com os clientes e a equipa de profissionais. Este item foi acrescentado à grelha de avaliação que consta do regulamento de estágio, que orienta o processo de estágio e que completa o programa da Unidade Curricular.

## **CONCLUSÕES**

Os cursos da ESDRM são uma variável determinante para o desenvolvimento e sucesso da nossa Instituição. Sendo incontornável que, em primeira instância, são estes, por um lado, que mais

concorrem para a atração e retenção de estudantes, e por outro lado são estes que preparam os futuros diplomados para intervir em contexto profissional, intervenção essa que se exige que seja de máxima qualidade e de excelência.

Atendendo ao racional apresentado no capítulo I deste documento, considerando a procura contínua do desenvolvimento da LDCFS e tendo, inclusive, por referência, o assinalar dos 25 anos de existência desta Licenciatura, a Coordenação desta Licenciatura realizou um conjunto de procedimentos (referidos em cima), com vista a verificar a eventual necessidade de realização de ajustes/adequações aos programas de UCs.

Em súmula, verificou-se que as crescentes solicitações da área socioprofissional do Fitness têm vindo a ser alteradas, por diversos fatores, e requerem uma formação para estes profissionais que seja aprofundada e altamente especializada, com o intuito de dar resposta às necessidades específicas do mercado. Neste sentido foram realizados um conjunto de ajustes/adaptações a alguns programas de UCs e UCs de Opção da LDCFS, com o intuito de formar profissionais de elevada qualidade e excelência que por um lado vão ao encontro das necessidades do mercado de trabalho e por outro proporcionar aos futuros Diplomados, da LDCFS, um conjunto de conhecimentos e competências que lhe permita serem transformadores e desenvolverem tendências e produção de conhecimento.

A Coordenação da LDCFS

Rio Maior, outubro 2023.

LICENCIATURA  
EM DESPORTO,  
CONDIÇÃO  
FÍSICA E SAÚDE

 **POLITÉCNICO  
DE SANTARÉM**  
ESCOLA SUPERIOR  
DE DESPORTO  
DE RIO MAIOR



[www.esdrm.pt](http://www.esdrm.pt)

# LICENCIATURA EM DESPORTO, CONDIÇÃO FÍSICA E SAÚDE

## PROPOSTA Plano de Atividades 2022-2026

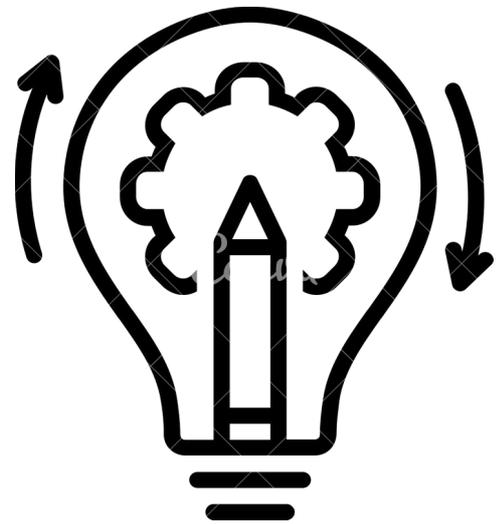
Vera Simões  
Liliana Ramos  
Fátima Ramalho



Os cursos da ESDRM são uma variável determinante para o desenvolvimento e sucesso da Instituição. É incontornável que, em primeira instância, são estes que mais concorrem para a atração e retenção de estudantes.

Nesse sentido, a LDCFS, entre outros aspetos, deve ser alvo de um acompanhamento com pensamento, reflexão, auscultação e envolvimento dos docentes e não-docentes, dos estudantes e de uma coordenação integradora que consiga dinamizar um conjunto de atividades e tarefas, numa relação de proximidade com a comunidade académica e externa à ESDRM, em estreita colaboração e articulação com os diferentes órgãos, departamentos e estruturas funcionais da ESDRM e do IPSantarém e centros de investigação, de forma a permitir o seu contínuo desenvolvimento.

Para o **desenvolvimento** da LDCFS, consequente **delineação** de **objetivos** e contínua **construção** do seu **projeto pedagógico**, julga-se determinante:



**C**ompreender que a pandemia SARS-COV-2, responsável pela doença **COVID-19**, exerceu efeitos significativos, prolongados e diversificados no ensino superior, levando à tomada de decisões de emergência e da flexibilização dos processos.

As mudanças tecnológicas e as alterações estruturais e conjunturais que decorreram do contexto pandêmico influenciaram, sobretudo, as metodologias de ensino. O duplo esforço de aprender com a crise pandêmica e de mitigar os seus efeitos mais negativos leva-nos a ser catalisadores de inovação ao nível da oferta formativa e dos modelos pedagógicos a adotar no futuro, implicando eventuais mudanças na gestão e flexibilidade curricular;



**A**valiar e compreender o posicionamento da LDCFS, ter uma visão clara e objetiva sobre quais são suas **forças** e **fraquezas** no ambiente interno e suas **oportunidades** e **ameaças** no ambiente externo, de forma a garantir o desenvolvimento da LDCFS e consequente posicionamento estratégico ao nível da formação nesta área. A consciência desses aspetos capacita para um melhor desempenho e permite prevenir e ultrapassar mais facilmente eventuais dificuldades de possam ocorrer\*;



\*Documentos de apoio à reflexão: Relatório de Direção de Curso LDCFS 2019-2020; Inquérito realizado aos Diplomados da LDCFS 18-19; Estudo realizado sobre a análise SWOT efetuada à LDCFS.



Compreender o espírito e os traços fundamentais do sistema de avaliação da

**Agência de Avaliação e Acreditação das**

**IES** (A3ES), instituídos pelo Regulamento n.º

392/2013, na sua atual redação, publicado

em Diário da República, 2.ª Série, de 16 de

outubro, que aprova o regime dos procedimentos de

avaliação e de acreditação das IES e dos

seus ciclos de estudos, tendo por base as

variáveis constantes no Guião para a

elaboração do relatório de

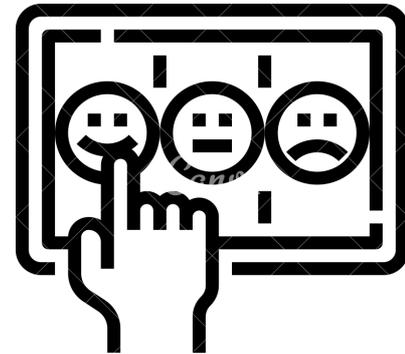
avaliação/acreditação de ciclos de estudos

em funcionamento, bem como a apreciação

e as propostas de melhoria futura, para a

LDCFS, realizadas na última avaliação, pela

Comissão de Avaliação Externa (CAE).



Assim, partilha-se, infra, de forma resumida, uma proposta do **Plano de Atividades da LDCFS**, para o próximo mandato (22-26).

Este plano de atividades encontra-se alicerçado num conjunto de **eixos de intervenção estratégicos (EIE)**,

estruturados em **medidas e ações**, de forma a nortear a atuação da coordenação de curso. Naturalmente que estas (e a

criação de novas) medidas/ações estarão em constante ajuste e adequação, em

função do contexto e das necessidades que se venham a verificar.

Importa referir que, **a presente proposta integra também o aproveitamento e continuidade do trabalho de excelência desenvolvido pelas anteriores coordenações da LDCFS, a quem se deixa aqui um agradecimento e profundo reconhecimento.**





## **EIE 1 - PROMOÇÃO E DIVULGAÇÃO DAS ATIVIDADES E EVENTOS DA LDCFS**

- **PÁGINA DE FACEBOOK E INSTAGRAM DA ESDRM**

Alimentação da mesma com conteúdos transversais aos vários cursos da ESDRM.

- **PÁGINAS DE FACEBOOK E INSTAGRAM DA LDCFS**

Comunicação dirigida a um público alvo específico, da área do fitness (estudantes, TEFs, DTs, associações do setor, outras IES e escolas de formação na área do fitness). Alimentação destas páginas com uma regularidade diária/semanal, com conteúdos específicos como por ex.: entrevistas a alunos, ex-alunos, docentes, promoção de atividades e eventos da LDCFS, situações em aula, sinalização de dias comemorativos.

- **NEWSLETTER DA LDCFS**

Compilação de informação relevante das atividades da LDCFS no final de cada ano letivo, produção gráfica da Newsletter e disseminação por todo o setor.

- **PÁGINA DE FACEBOOK DO FITNESS NA ESDRM**

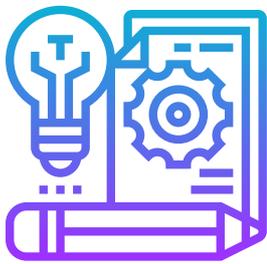
Alimentação da página com difusão de algumas aulas, horários e professores.

- **VISITAS GUIADAS À ESDRM**

Alocação de docentes da LDCFS responsáveis por organizar as atividades relacionadas com as visitas guiadas à ESDRM, em articulação direta com o GIC.

- **SINALIZAÇÃO DE DIAS COMEMORATIVOS**

Desenvolvimento de atividades que sinalizem dias comemorativos (ex.: Dia Mundial da AF; Dia do Coração; Semana Europeia do Desporto).



## EIE 2 - ENSINO & ESTUDANTES

- **ANÁLISE SWOT | CARACTERIZAÇÃO DA LDCFS**

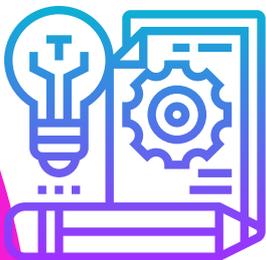
Identificação das forças, fraquezas, ameaças e oportunidades da LDCFS, envolvendo para tal a comunidade académica e externa da ESDRM.

- **ESTUDO DA SATISFAÇÃO ACADÉMICA**

No final de cada ano letivo aplicar um questionário de satisfação académica aos estudantes do 1.º, 2.º e 3.º anos da LDCFS. Realização de reuniões de auscultação, reflexão e debate com os alunos da LDCFS, com o intuito de perceber o seu nível de satisfação e insatisfação em relação à LDCFS, de forma a adotar estratégias que promovam um ensino e uma aprendizagem de maior qualidade, aumentando o sucesso escolar e a redução de abandono.

- **REUNIÕES COM DOCENTES E REGENTES DAS UCs DA LDCFS**

Realização de reuniões de auscultação, reflexão e debate com os regentes e docentes das unidades curriculares (UCs) que integram a LDCFS, com vista a garantir a realização de estratégias que fortaleçam e promovam: a interdisciplinaridade; o acompanhamento sistemático dos alunos; a adequação de metodologias de ensino e recurso às novas tecnologias; a adequação dos programas das UCs, considerando as necessidades do mercado de trabalho; horários; aquisição de materiais e equipamentos; formação de docentes; o sucesso escolar e a redução do abandono dos estudantes da LDCFS; eventuais alterações ao plano de estudos da LDCFS.



## EIE 2 - ENSINO & ESTUDANTES (CONT.)

- **DOCENTES A TEMPO PARCIAL DA LDCFS**

Contacto e apoio permanente da coordenação da LDCFS, na integração dos docentes a tempo parcial na ESDRM e no curso, bem como o desenvolvimento de um plano de atividades com estes docentes, (que assim o entendam) que vai para além da lecionação de aulas (ex.: atividades de investigação, ações com a comunidade académica e externa à ESDRM).

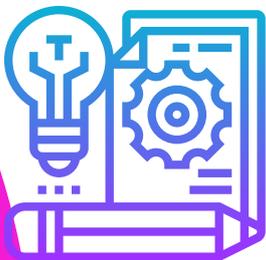
- **ARTICULAÇÃO DA COORDENAÇÃO DA LDCFS COM DIVERSAS ESTRUTURAS DA ESDRM E DO IPS COM VISTA À MELHORIA DO ENSINO**

✓ Em articulação entre docentes, coordenação da LDCFS e Direção da ESDRM, encontrar soluções que permitam simplificar e sistematizar procedimentos de forma a reduzir o trabalho burocrático dos docentes, tal como proposto pela CAE da A3ES, na última avaliação da LDCFS;

✓ Em articulação com a Direção da ESDRM e Presidência do IPSantarém encontrar soluções no sentido de contratar mais docentes a tempo integral afiliados à LDCFS e consequentemente proceder à abertura de concursos para professores adjuntos, promovendo a estabilidade do corpo docente, tal como proposto pela CAE da A3ES, na última avaliação da LDCFS;

✓ Em articulação com o Gabinete de Avaliação e Qualidade da ESDRM, identificar as dificuldades sentidas pelos docentes, não-docentes e estudantes da LDCFS de forma a desenvolver ações de melhoria.

✓ Em articulação com as Coordenações de Curso dos outros cursos da ESDRM, desenvolver atividades conjuntas.



## **EIE 2 - ENSINO & ESTUDANTES (CONT.)**

- **FORMAÇÃO PEDAGÓGICA PARA DOCENTES**

Apoiar a dinamização de formações pedagógicas para docentes incluindo recurso às novas tecnologias.

- **CONTACTO DOS ESTUDANTES DA LDCFS COM O MERCADO DE TRABALHO**

Estimular o contacto dos estudantes da LDCFS com o mercado de trabalho ao longo do curso através (por exemplo) de visitas a entidades empregadoras; criação da semana de campo no final de um semestre do curso, realização de trabalhos/mini projetos com envolvimento de entidades empregadoras; ações de auscultação por parte de estudantes da LDCFS a ex-alunos da LDCFS.

- **ESDRMFIT**

Apoio ao desenvolvimento da atividade ESDRMFIT realizada anualmente, no âmbito da UC de Fitness VI.

- **ESTAGIÁRIOS DA LDCFS**

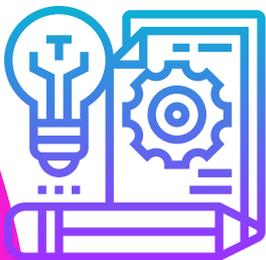
Envolver os estagiários da LDCFS no apoio à dinamização das várias atividades da LDCFS.

- **GESTÃO DOS EQUIPAMENTOS E MATERIAIS DOS GINÁSIOS DA ESDRM, UTILIZADOS NAS AULAS DA LDCFS**

Envolvimento no desenvolvimento do inventário dos materiais equipamentos, identificação de materiais e equipamentos danificados para seu conserto.

- **CONVENÇÃO FITESDRM**

Realização de uma convenção de fitness (a definir a sua periodicidade) em possível articulação com o núcleo de estudantes da LDCFS e docentes.



## **EIE 2 - ENSINO & ESTUDANTES (CONT.)**

- **NÚCLEO DE ESTUDANTES DA LDCFS e ASSOCIAÇÃO DE ESTUDANTES DA ESDRM**

Estabelecimento de relações e articulação no desenvolvimento de atividades com o núcleo de estudantes da LDCFS e a Associação de Estudantes da ESDRM.

- **DIA IDENTITÁRIO DA LDCFS (O FITNESS NA ESDRM!)**

Definição de um dia destinado a atividades da LDCFS, que envolva estudantes e convidados do setor do fitness. Realização de atividades que incluam como por exemplo: Link for Future, Espaço Recrutamento, entrega do Prémio FITScienceESDRM.

- **ATIVIDADE FÍSICA EM CONTEXTO LABORAL**

Desenvolvimento de um projeto (em eventual articulação com as coordenações de outros cursos da ESDRM) que permita capacitar os funcionários da ESDRM a implementarem estratégias para a realização de exercícios físicos no local de trabalho envolvendo alunos estagiários da LDCFS.

- **AVALIAÇÃO DA LDCFS PELA A3ES**

Envolvimento e apoio no processo de avaliação da A3ES à LDCFS.



## **EIE 3 - INVESTIGAÇÃO & DESENVOLVIMENTO**

- **PRÉMIO FITScienceESDRM**

Incentivo à investigação por parte dos estudantes da LDCFS através da criação de um prémio simbólico denominado FITScienceESDRM, patrocinado por uma entidade externa, integrado no dia identitário da LDCFS.

- **CONGRESSO FITNESSESDRM**

Avaliação e reflexão sobre a possibilidade de organização de um congresso técnico-científico na ESDRM, com periodicidade a definir e em eventual articulação com o Departamento de Atividade Física e Saúde e com o CIEQV.

- **PROJETO DE INVESTIGAÇÃO-AÇÃO PARA A COMUNIDADE**

Desenvolvimento e implementação de um projeto de investigação com aplicação de um programa de intervenção de exercício físico, para um grupo de indivíduos, com patologia associada, em articulação com uma entidade externa à ESDRM (ex.: lar de idosos, centro de saúde).

- **ESTUDO CARACTERIZAÇÃO ESTUDANTES DA LDCFS**

Realização de um estudo sobre a caracterização do perfil psicológico, qualidade de vida, componentes físicas, psicofisiológicas e motoras dos alunos da LDCFS.

- **FORMAÇÕES | WEBINARES**

Realização de formações de curta duração na área do fitness.



## **EIE 3 - INVESTIGAÇÃO & DESENVOLVIMENTO (CONT.)**

- **APOIO ÀS ATIVIDADES DE INVESTIGAÇÃO & DESENVOLVIMENTO**

✓ Promover a produção de investigação dos estudantes e docentes no âmbito das atividades e UCs da LDCFS;

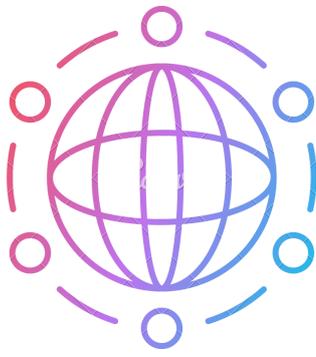
✓ Potenciar e apoiar projetos de docentes/estudantes da LDCFS que envolvam a participação da comunidade externa à ESDRM; ✓ Estimular e apoiar os docentes da LDCFS na construção de redes e consórcios com outras IES nacionais e internacionais.

- **LIGAÇÃO A CENTROS DE INVESTIGAÇÃO**

Estabelecimento de relações com os Centros de Investigação, onde se encontram afiliados os docentes da LDCFS, e apoio e colaboração nas atividades de interesse mútuo.

- **LIGAÇÃO À REDESPP**

Estabelecimento de relações com a REDESPP no apoio e envolvimento nas atividades de interesse mútuo.



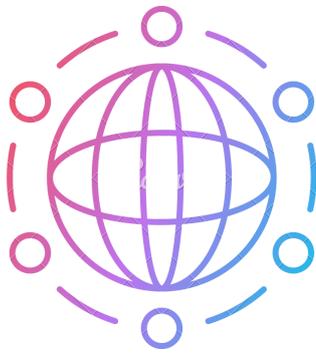
## **EIE 4 - LIGAÇÃO AO MERCADO DE TRABALHO, RELAÇÕES EXTERNAS & INTERNACIONALIZAÇÃO**

- **ROTEIRO DE AUSCULTAÇÕES**

Realização de um roteiro que promova um conjunto de auscultações acerca do perfil do profissional de fitness e das competências necessárias para intervir no mercado de trabalho, junto de: Entidades empregadoras na área do fitness; Associações de profissionais do setor (APTEF; UPDTEF; Fisiologistas do Exercício...); AGAP/Portugal Active; Europe Active; o IPDJ; (...).

- **CONSTRUÇÃO DE REDES E PARTILHA DE EXPERIÊNCIAS**

- ✓ Realização de reuniões com outros coordenadores de curso, desta área socioprofissional, de outras IES, com vista à partilha de experiências e boas práticas;
- ✓ Realização de ações que permitam a presença, na ESDRM, de individualidades e entidades, reconhecidas nesta área socioprofissional, para partilha de experiências e boas práticas com os docentes e estudantes da LDFCS;
- ✓ Acompanhamento e participação no estudo internacional (*Worldwide Fitness Trends*), em parceria com o *American College of Sport Medicine*, sobre as tendências do Fitness em Portugal, na Europa e no Mundo;
- ✓ Acompanhamento e participação no desenvolvimento dos "*Fitness Standards*" da Europe Active.



## **EIE 4 - LIGAÇÃO AO MERCADO DE TRABALHO, RELAÇÕES EXTERNAS & INTERNACIONALIZAÇÃO**

- **CREDITAÇÃO DA LDCFS**

Creditação da LDCFS na Europe Active.

- **Lei n.º 39/2012 de 28 de agosto**

Acompanhamento e participação na eventual alteração ao atual Regime de Enquadramento Legal para os Profissionais de Fitness (Lei n.º 39/2012 de 28 de agosto).

- **ERASMUS+ BLENDED INTENSIVE PROGRAMME (BIP)**

Promover a LDCFS junto de IES europeias para o desenvolvimento de um BIP na área de formação da LDCFS.

- **MOBILIDADE INTERNACIONAL**

Promover e estimular à realização de mobilidade internacional (ERASMUS) de docentes e estudantes da LDCFS.



## NOTA FINAL

Pretende-se que o presente plano de atividades da LDCFS, para o mandato 22-26, proposto pela coordenação da LDCFS possa contribuir ativamente para o desígnio e visão descrito no Plano de Desenvolvimento Plurianual da ESDRM, designadamente *“ser a Escola de referência nacional ao nível da formação, da investigação, da transferência do conhecimento e da inovação no desporto, assumindo o seu papel de destaque no desenvolvimento local e regional, com reconhecido valor ao nível internacional”*, tendo por base os valores e visão descritos no Plano Estratégico do IPSantarém *“inclusão; cooperação; inovação; transparência; excelência, ética e responsabilidade”*.

A tendência atual nas organizações, com o intuito de reforçar lideranças, passa, cada vez mais, por trabalhar em cooperação e com o envolvimento daqueles que integram a organização, não esquecendo o seu reconhecimento. Para a efetiva implementação deste plano de atividades é fundamental o envolvimento e participação ativa da comunidade académica.