

Relatório Anual da Coordenação de Curso

Escola Superior de Desporto de Rio Maior

Mestrado em Atividade Física e Saúde

Ano Letivo 2024/25

Elaborado por: Marco Branco

Aprovado em CTC:

Data: 23/01/2026

Assinado por: **Marco António Colaço Branco**
Num. de Identificação: 11300903
Data: 2026.02.10 16:33:23+00'00'

Data:

Área científica predominante do ciclo de estudos	Ciências do Desporto
N.º de créditos ECTS necessários à obtenção do grau/diploma	120
Duração do ciclo de estudos	2
Número máximo de admissões	25
Follow up: Grau de concretização das propostas de ações de melhoria apresentadas no ano letivo anterior	80%
<ul style="list-style-type: none"> • Ação: Atualização do Plano de Estudos <i>Follow-Up:</i> Resposta da A3ES para a aplicação do novo plano de estudos no ano letivo 2025/26. • Ação: Adaptar Metodologias de Ensino <i>Follow-Up:</i> Concretizado. Mais de 80% das unidades curriculares (UCs) atualizaram as metodologias de ensino. • Ação: Explorar Tecnologia e Ensino a Distância <i>Follow-Up:</i> Concretizado em parte. Algumas UCs utilizam plataformas de ensino (ex.: Kahoot, Quizizz, Phypox, etc.) para dinamização das aulas. • Ação: Promover colaborações internacionais <i>Follow-Up:</i> Concretizado em parte. Cerca de 50% dos docentes realizaram mobilidade internacional. A coordenação de curso fez contactos com universidades europeias e organizou um BIP intitulado “Understanding human motion: a cultural and analytical approach”, no mês de março 2025. • Ação: Dinamização do laboratório investigação <i>Follow-Up:</i> Concretizado em parte. Mais de 50% dos docentes estão integrados em projetos de investigação. Alguns estudantes estão integrados em projetos de investigação. • Ação: Gerir Limitações Orçamentais <i>Follow-Up:</i> Não concretizado. Não houve equipas de estudantes a participar em concursos de ideias. • Ação: Barreiras Culturais <i>Follow-Up:</i> Concretizado. Mais de 50% de estudantes internacionais tiveram aprovação às UCs. 	

1- Caracterização Geral do Ciclo de Estudos

1.1-Condições de Acesso

Podem candidatar-se ao mestrado:

- a) Titulares do grau de licenciado ou equivalente legal;
- b) Titulares de um grau académico superior estrangeiro conferido na sequência de um 1.º ciclo de estudos organizado de acordo com os princípios do Processo de Bolonha por um Estado aderente a este processo;
- c) Titulares de um grau académico superior estrangeiro que seja reconhecido pelo Conselho Técnico-Científico da Escola que detém a coordenação do mestrado, como satisfazendo os objetivos do grau de licenciado;
- d) Detentores de um currículo escolar, científico ou profissional, que seja reconhecido pelo Conselho Técnico-Científico da Escola que detém a coordenação do mestrado como atestando capacidade para a realização deste ciclo de estudos.

As condições específicas de ingresso são fixadas, anualmente, no edital de abertura do concurso, considerando o disposto no número anterior, sob proposta do coordenador de mestrado.

O reconhecimento a que se referem as alíneas b) a d) do n.º 1, tem como efeito apenas o acesso ao mestrado e não confere ao seu titular a equivalência ao grau de licenciado ou o reconhecimento desse grau.

1.2-Objetivos Gerais definidos para o Ciclo de Estudos

Aprofundamento do conhecimento técnico, científico e profissional na área do exercício e saúde numa abordagem de:

- Foco multidisciplinar, inovador e orientado para a prática;
 - Disponibilidade de conhecimentos teóricos e práticos relacionados com o efeito do exercício físico e da atividade física na saúde e qualidade de vida;
 - Aprendizagem altamente qualificada, baseada na experiência e na investigação/produção de conhecimento;
-

- Métodos tecnologicamente avançados, que auxiliam na avaliação e monitorização do exercício físico em populações especiais;
- Desenvolvimento de habilidades de investigação, análise e interpretação de dados disponíveis durante a monitorização do exercício físico;
- Fisiologista do exercício especialista e de diretor técnico, desenvolvendo as competências essenciais para o sucesso na indústria do fitness;
- Empreendedorismo nas áreas relacionadas com a atividade física e saúde.

Mais informações em: <https://www.ipsantarem.pt/esdrm/mestrados/>

1.3-Estrutura curricular (Áreas científicas e plano de estudos)

1º ano, 1Sº Semestre	
Unidade Curricular	Área Científica
Avaliação e Prescrição do Exercício nas Fases Especiais da Vida	Ciências do Desporto
Exercício Físico nas Fases Especiais da Vida	Ciências do Desporto
Fisiologia do Esforço em Populações Especiais	Ciências do Desporto
Intervenção Pedagógica em Exercício	Ciências do Desporto
Metodologia da Investigação em Desporto	Ciências do Desporto
Nutrição e Composição Corporal	Ciências do Desporto
Saúde, Desenvolvimento e Envelhecimento	Ciências do Desporto

1º ano, 2Sº Semestre	
Unidade Curricular	Área Científica
Avaliação e Prescrição do Treino Funcional	Ciências do Desporto
Biomecânica do Exercício	Ciências do Desporto
Controlo e Aprendizagem Motora	Ciências do Desporto
Empreendedorismo na Atividade Física e Saúde	Ciências do Desporto
Mudança Comportamental em Atividade Física e Saúde	Ciências do Desporto
Prevenção, Segurança e Emergência na Atividade Física	Ciências do Desporto
Saúde Pública e Atividade Física	Ciências do Desporto

2º ano, Aº Semestre	
Unidade Curricular	Área Científica
Dissertação	Ciências do Desporto
Estágio	Ciências do Desporto
Projeto	Ciências do Desporto

2- Corpo docente - Fonte: SRH

2.1. Docente(s) responsável(eis) pela coordenação do ciclo de estudos

Nome	Categoria	Grau	Especialista	Área Científica	Regime de Tempo
Marco António Colaço Branco	Professor Adjunto	Doutoramento	Não	---	100%

2.2 - Corpo docente próprio

Nome	Categoria	Grau	Especialista	Área Científica	Regime de Tempo
Alfredo José Henriques Carvalho da Silva	Professor Adjunto	Doutoramento	Não	---	100%
Ana Rita Terruta Ribeiro Marques de Oliveira	Assistente Convidado	Mestrado	Não	---	15%
Anabela Pereira dos Santos de Sousa Vitorino	Professor Adjunto	Doutoramento	Sim	Psicopedagogia Especial	100%
Bruno Alexandre da Conceição Rodrigues	Professor Adjunto Convidado	Doutoramento	Não	---	100%
Carlos Daniel Gomes Mata	Professor Adjunto Convidado	Doutoramento	Não	---	75%
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%
Francisco José Ascenso Campos	Professor Adjunto	Doutoramento	Não	---	Protocolo

João Paulo Reis Gonçalves Moreira de Brito	Professor Coordenador	Doutoramento	Não	---	100%
Liliana Ricardo Ramos	Professor Adjunto	Doutoramento	Sim	Desporto - Fitness	100%
Luis Filipe Cid Serra	Professor Coordenador	Doutoramento	Não	---	100%
Marco António Colaço Branco	Professor Adjunto	Doutoramento	Não	---	100%
Maria de Fatima Florentino Gonçalves Ramalho	Professor Adjunto	Doutoramento	Sim	Desporto - Exercício e Saúde	100%
Miguel André Telo de Arriaga	Professor Adjunto Convidado	Doutoramento	Não	---	15%
Nuno Rafael Pedro do Couto	Professor Adjunto Convidado	Doutoramento	Não	---	75%
Paulo Alexandre Alves Figueiredo	Professor Adjunto Convidado	Mestrado	Sim	Turismo e Lazer	30%
Rafael Franco Soares Oliveira	Professor Adjunto	Doutoramento	Não	---	100%
Renato Miguel Cordeiro Fernandes	Professor Adjunto	Doutoramento	Sim	Desporto - O Treino de Jovens no Futebol	100%
Rita Alexandra Prior Falhas Santos Rocha	Professor Coordenador c/ Agregação	Doutoramento	Não	---	100%
Susana Mendes Alves	Professor Adjunto	Doutoramento	Não	---	100%
Teresa Paula Domingues da Cunha Bento	Professor Adjunto	Doutoramento	Não	---	100%
Vera Alexandra Costa Simões	Professor Adjunto	Doutoramento	Não	---	100%

3- Estudantes

3.1 – Caracterização dos estudantes (total de inscritos, género, proveniência)

Total de Estudantes Inscritos	Género	Proveniência
<small>Fonte: RAIDES 24</small>	<small>Fonte: RAIDES 24</small>	<small>Fonte: RC SIGARRA</small>
9	Masculino	Portugal

23	Feminino	Portugal
1	Feminino	Cabo Verde
1	Masculino	Brasil
6	Masculino	Guiné-Bissau
Total: 40		

País de Residência (valores totais por escola) <small>Fonte: RAIDES 24</small>	Estudantes Inscritos (valores totais por escola) <small>Fonte: RAIDES 24</small>	Concelhos de Residência (valores totais por escola) <small>Fonte: RAIDES 24</small>
Andorra	1	Anexo 1
Brasil	11	
Portugal	1148	
Guiné-Bissau	15	
Chipre	1	
TOTAL INSCRITOS ESDRM 2024/2025	1176	

3.2 - Estudantes inscritos no ciclo de estudos, por ano curricular

Estudantes inscritos no ciclo de estudos, por ano curricular	
<small>Fonte: RAIDES 24</small>	
Ano	Total
1	21
2	19
Total	40

3.3 – Procura do ciclo de estudos

Número total de Vagas <small>Fonte: Estatísticas SAC</small>	Número de Candidatos <small>Fonte: Estatísticas SAC</small>	Nº de Inscritos 1º Ano 1ª Vez estudantes <small>Fonte: Estatísticas SAC</small>	Nº de Inscritos 1ª Opção
25	26	19	19

3.4 - Abandono (anulação de matrícula, de inscrição e interrupção)

Nº de estudantes em abandono (anulação de matrícula / inscrição)	Nº de estudantes em abandono (interrupção, não renovação de matrícula / inscrição)	Taxa de Abandono (nº total estudantes em abandono / total estudantes inscritos + nº de estudantes que não renovaram inscrição)
Fonte: Mapa Anulações SAC 1	Fonte: Mapa Est. SAC 0	2%

4- Resultados

4.1 – Resultados académicos – Fonte: SIGARRA

Quadro 1- Distribuição das Classificações nas Unidades Curricular

1º ano, 1Sº Semestre	
Unidade Curricular	Classificação Média
Avaliação e Prescrição do Exercício nas Fases Especiais da Vida	15,38
Exercício Físico nas Fases Especiais da Vida	17,19
Fisiologia do Esforço em Populações Especiais	15,63
Intervenção Pedagógica em Exercício	15,88
Metodologia da Investigação em Desporto	15,44
Nutrição e Composição Corporal	16,63
Saúde, Desenvolvimento e Envelhecimento	16,18

1º ano, 2Sº Semestre	
Unidade Curricular	Classificação Média
Avaliação e Prescrição do Treino Funcional	14,8
Biomecânica do Exercício	16,93
Controlo e Aprendizagem Motora	17,57
Empreendedorismo na Atividade Física e Saúde	14,8
Mudança Comportamental em Atividade Física e Saúde	15,47
Prevenção, Segurança e Emergência na Atividade Física	16,47
Saúde Pública e Atividade Física	15,29

2º ano, Aº Semestre	
Unidade Curricular	Classificação Média
Dissertação	17,5
Estágio	0
Projeto	0

4.1.1 - Eficiência formativa do ciclo de estudos - **Fonte: SIGARRA**

Quadro 1- Número de Diplomados

Nº de Diplomados	Nº de estudantes Diplomados em N	Nº de estudantes Diplomados em N + 1	Nº de estudantes Diplomados em N+2	Nº de estudantes Diplomados em N+3	Nº de estudantes Diplomados em N>= 4
4	0	2	2	0	0

Quadro 2- Número de Estudantes que concluíram o curso e distribuição de classificações

Classificações	Nº de Estudantes
10 valores	0
11 valores	0
12 valores	0
13 valores	0
14 valores	0
15 valores	1
16 ou mais valores	3
Total	4

Quadro 3- Número de estudantes que transitaram de ano

Nº de estudantes que transitaram de ano
10

Quadro 4- Número de Estudantes Repetentes

Nº de estudantes repetentes (os que não transitam de ano curricular)
12

4.1.2 – Empregabilidade dos diplomados

Taxa de Empregabilidade
Resultados GAEE 2022/2023
(nº empregados / nº empregados + nº desempregados)
89%

4.1.3 – Prosseguimento de estudos de diplomados em anos anteriores

Prosseguimento de Estudos
(Estudantes a tempo inteiro)
Fonte: GAEE
1

4.1.4 - Taxa de sucesso das unidades curriculares, por área científica do ciclo de estudos

Fonte: SIGARRA

1º ano, 1Sº Semestre				
Unidade curricular	Área Científica	Avaliados	Aprovados	Taxa de Sucesso (Número de Aprovados/ Número de Avaliados)
Avaliação e Prescrição do Exercício nas Fases Especiais da Vida	Ciências do Desporto	16	16	100
Exercício Físico nas Fases Especiais da Vida	Ciências do Desporto	16	16	100
Fisiologia do Esforço em Populações Especiais	Ciências do Desporto	16	16	100
Intervenção Pedagógica em Exercício	Ciências do Desporto	17	17	100
Metodologia da Investigação em Desporto	Ciências do Desporto	16	16	100
Nutrição e Composição Corporal	Ciências do Desporto	16	16	100
Saúde, Desenvolvimento e Envelhecimento	Ciências do Desporto	17	17	100

1º ano, 2Sº Semestre				
Unidade curricular	Área Científica	Avaliados	Aprovados	Taxa de Sucesso (Número de Aprovados/ Número de Avaliados)
Avaliação e Prescrição do Treino Funcional	Ciências do Desporto	15	15	100
Biomecânica do Exercício	Ciências do Desporto	14	14	100
Controlo e Aprendizagem Motora	Ciências do Desporto	14	14	100
Empreendedorismo na Atividade Física e Saúde	Ciências do Desporto	15	15	100
Mudança Comportamental em Atividade Física e Saúde	Ciências do Desporto	15	15	100
Prevenção, Segurança e Emergência na Atividade Física	Ciências do Desporto	15	15	100
Saúde Pública e Atividade Física	Ciências do Desporto	14	14	100

2º ano, Aº Semestre				
Unidade curricular	Área Científica	Avaliados	Aprovados	Taxa de Sucesso (Número de Aprovados/ Número de Avaliados)
Dissertação	Ciências do Desporto	4	4	100
Estágio	Ciências do Desporto	----	----	----
Projeto	Ciências do Desporto	----	----	----

4.2 – Nível de Internacionalização do ciclo de estudos

Mobilidade	Nº de estudantes Fonte: GMI	Nº de Mobilidades Docentes
<i>Incoming</i>	2	3 Fonte: GMI
<i>Outgoing</i>	0	10 Fonte: GMCI_IPS

4.3 – Atividades de desenvolvimento tecnológico e artístico, prestação de serviços à comunidade e formação avançada

Os estudantes e docentes do mestrado participaram ativamente em diversas atividades científicas, nomeadamente em congressos e ações de formação quer nacionais quer internacionais, inclusive em ERASMUS *Blended Intensive Programmes*, originando mobilidade de estudantes internacionalmente.

Várias publicações foram realizadas com a participação de estudantes do curso, inclusive artigos, edição de livros e capítulos de livros, bem como a edição de revistas científicas por diversos docentes.

Participação/desenvolvimento de Atividades no âmbito do curso:

TIPO DE AÇÃO	IDENTIFICAÇÃO OU TÍTULO	DATA	ORADORES (se for o caso)
Ação de formação	Certificação Internacional de Antropometria - Nível 1	7 a 16/04/2025	Marco Branco Cristiana Mercê
Ação de formação	Certificação Internacional de Antropometria - Nível 2	07/04/2025	Marco Branco Cristiana Mercê
Congresso	11.º Congresso Internacional da Sociedade Científica Pedagogia do Desporto	11 e 12/12/2025	Liliana Ramos, Vera Simões e Susana Alves
Congresso	Shaping the Future of Sports - SPRINT Internacional Congress	7 e 8/02/2025	Vários docentes do Curso
Congresso	18th ENSE Forum	26 e 27/09/2025	Vários docentes do Curso
BIP	Understanding Human Motion: A Cultural and Analytical Approach	10 a 28/03/2025	Marco Branco Cristiana Mercê

Participação em Projetos no âmbito do curso:

- “MUTATIS MUTANDIS II- Atividade Desportiva, Sensibilização e Mudança II”; Referência N.º CP/0520/DDT/2023); 25.000,00€; https://www.ipsantarem.pt/wp-content/uploads/2024/01/MUTATIS-MUTANDIS_2023.pdf
- Investigadora responsável do projeto interno SPRINT “Move4Inclusiviness”
- Investigadora co-responsável do projeto interno SPRINT “Tech4Dynamics”
- Membro da equipa do projeto interno SPRINT “Life4FitnessPro”
- Membro da equipa do projeto europeu financiado "BALANCE – Building Active Lifestyles and Nurturing Cultural Engagement" (id 2024-2-CZ01-KA220-YOU-000281787)

- Membro da equipa de investigação do projeto "Técnicas Respiratórias Lógicas e Sinais Vitais", projeto desenvolvido no âmbito do protocolo entre o Centro de Investigação em Qualidade de Vida (CIEQV) e a Federação Portuguesa de Yoga (FPY), com financiamento interno pelo CIEQV;
- Membro da equipa de investigação do projeto "Programa Pessoas com Fibra 5.0", projeto comunitário desenvolvido pela ESDRM e Unidades de Saúde Familiar Villa Romana e Salinas;
- Membro da equipa de investigação do projeto "MUTATIS MUTANDIS – Atividade Desportiva, Sensibilização e Mudança II", projeto financiado pelo Instituto Português do Desporto e Juventude através do Programa Nacional de Desporto para Todos - PNDpT 2023-2025.

Edição de revistas Científicas em áreas do âmbito do curso:

- Mercê, C., Editora Convidada da International Journal of Environmental Research and Public Health na special issue "Physical Activity, Body–Mind Training and Well-Being in Community Settings"
- Mercê, C., Editora Convidada da Sport in Society na special issue "From Nature to Knowledge: Scientific Advances in Outdoor Sports"
- Vitorino, A., Revista Científica da FPDD "Desporto e Atividade Física para Todos", em processo de indexação (já esteve indexada à Latindex).
- Oliveira, R., Editor Académico. Human Movement. <https://hummov.awf.wroc.pl/Editorial-board,4592.html>
- Oliveira, R., Editor Académico. Frontiers in Physiology (section of "Exercise Physiology"). <https://loop.frontiersin.org/people/1291598/overview>
- Oliveira, R., Editor Académico. Frontiers in Sports and Active Living (sections of "Exercise Physiology" and "Elite Sports and Performance Enhancement"). <https://loop.frontiersin.org/people/1291598/overview>
- Oliveira, R., Editor Académico. Motricidade. <https://revistas.rcaap.pt/motricidade/about/editorialTeam>
- Oliveira, R., Editor Académico. Journal of Men's Health. <https://www.jomh.org/journal-info/editorial-board>.
- Oliveira, R., Editor Académico. Plos One. Section: Sport and exercise science. <https://journals.plos.org/plosone/static/editorial-board>.

Publicações em áreas do âmbito do curso:

- Jacinto, M., Couto, N., Vitorino, A., Bento, T., Matos, R., Monteiro, D., Amaro, N., Antunes, R., & Cid, L. (2025). Sports experience, affects and life satisfaction in Portuguese athletes with disabilities. *BMC Psychology* 13, 19. <https://doi.org/10.1186/s40359-024-02247-x>
- Couto, N., Morgado, V., Pereira, T., Vitorino, A., Bento, T., Alves, S., Duarte-Mendes, P., & Cid, L. (2025). Behavior change wheel as a tool to promote physical activity in online intervention: a case study. *Frontiers in psychology*, 16, 1498351. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1498351>
- Cid, L., Vitorino, A., Bento, T., Teixeira, D., Duarte-Mendes, P., & Couto, N. (2025). Passion, Motivation, and Subjective Well-Being in Sport for People with Disabilities. *Healthcare*, 13(15), 1919. <https://doi.org/10.3390/healthcare13151919>
- Cid, L., Monteiro, D., Bento, T., Jacinto, M., Vitorino, A., Teixeira, D. S., Duarte-Mendes, P., Bastos, V., & Couto, N. (2025). Tell Me What You've Done, and I'll Predict What You'll Do: The Role of Motivation and Past Behavior in Exercise Adherence. *Healthcare*, 13(15), 1879. <https://doi.org/10.3390/healthcare13151879>
- Couto, N., Antunes, R., Bento, T., Vitorino, A., Monteiro, D., & Cid, L. (2025). Mediating Role of Basic Psychological Needs in the Association Between Exercise Goal Content and Subjective Well-Being in Portuguese Older Adults. *Healthcare*, 13(17), 2086. <https://doi.org/10.3390/healthcare13172086>
- Vitorino, A., Bento, T., & Jacinto, M. (2025). Perfil Psicológico de Praticantes de Desporto com Deficiência: Implicações para a prática in Januário, N. & Rosado, A. *Desporto adaptado e inclusão*. Editora H. C. Lisboa, Portugal. ISBN: 9789893600245
- Couto, N., Morgado, V., Pereira, T., Vitorino, A., Bento, T., Alves, S., Duarte-Mendes, P., & Cid, L. (2025). Behavior change wheel as a tool to promote physical activity in online intervention: A case study. In J. L. Pastrana-Brincones, A. Hernández-Mendo, & V. Morales-Sánchez (Eds.), *Online assessment in health and sport psychology* (pp. 151–161). *Frontiers Media SA*. ISBN 978-2-8325-6735-7 <https://doi.org/10.3389/978-2-8325-6735-7>
- Ramos, L., Branco, M. Oliveira, R., Simões, V., Franco, S. (2025). Livro de resumos/Book of abstracts 18th ENSE Forum. *Sports education connect: International Collaboration, Innovation & Technology*. *Journal of Sports Pedagogy and Research*, 11(2). ISSN: 2183-7783. DOI: <https://doi.org/10.47863/HKHI2622>.
- Morgans, R., Oliveira, R. & Silva, R., (2025). Analytical and Ecological Approaches to Aerobic and Anaerobic Conditioning in Football, Chapter 2. In Beato, M., Bishop, C., Turner, A. *Strength and Conditioning for Football. From Science to Practice*. *Routledge Taylor & Francis Group*. 1st edition. ISBN: 9781032468266. www.routledge.com/9781032468266

-
- Ramalho, F., Branco, M., Mercê, C., Freitas, J., Terruta, R., Vieira, I., Santos-Rocha, R. & Oliveira, R. (2025). Prescrição de treino de agilidade e equilíbrio, Capítulo 19. In: Rodrigues F. Gerontomotricidade – Envelhecimento Ativo e Saudável. Edição História Carmin, Unipessoal Lda. ISBN: 9789893600283. <https://hc.com.pt/produto/gerontomotricidade-envelhecimento-ativo-e-saudavel-9789893600283/>
 - Oliveira, R. Martins, A., Vieira, I., Ramalho, F., & Brito, J.P. (2025). Prescrição de treino de potência. Capítulo 20. In: Rodrigues F. Gerontomotricidade – Envelhecimento Ativo e Saudável. Edição História Carmin, Unipessoal Lda. ISBN: 9789893600283. <https://hc.com.pt/produto/gerontomotricidade-envelhecimento-ativo-e-saudavel-9789893600283/>
 - Oliveira, R. Martins, A. & Brito, J.P. (2025). Monitorização da intensidade – frequência cardíaca. Capítulo 26. In: Rodrigues F. Gerontomotricidade – Envelhecimento Ativo e Saudável. Edição História Carmin, Unipessoal Lda. ISBN: 9789893600283. <https://hc.com.pt/produto/gerontomotricidade-envelhecimento-ativo-e-saudavel-9789893600283/>
 - Oliveira, R., Brito, J.P., Ceylan, H.I., Soares, M.d.B., Martins, A.D., Vasconcelos, T., Moutão, J., Alves, S. (2025). Characteristics of Physical Exercise Programs and Their Effects on Quality of Life and Functional Capacity in Individuals with Chronic Obstructive Pulmonary Disease: A Scoping Review. *Medicina*, 61, 970. <https://doi.org/10.3390/medicina61060970> [JCR, impact factor = 2.4, Q1 - CATEGORY, MEDICINE, GENERAL & INTERNAL]
 - Mercê, C., Simões, V., Ramos, L., Silva, M., Brígida, N., Vitorino, A., Branco, M., & Oliveira, R. (2025). Move4Future: implementation and effects of a pilot physical exercise programme for children and youth at risk from multi problem families. *Retos*, 66, 403–415. <https://doi.org/10.47197/retos.v66.110568> [JCR, impact factor = 1.3, Q3 - Science Citation Index Expanded (SCIE) CATEGORY HOSPITALITY, LEISURE, SPORT & TOURISM]
 - Mercê, C., Tavares, B., & Oliveira, R. (2025). Analysis of health and wellness programs and their relationship to injuries in football and futsal players: A Systematic Review. *Retos*, 69, 31–44. <https://doi.org/10.47197/retos.v69.110486> [JCR, impact factor = 1.2, Q3 - CATEGORY HOSPITALITY, LEISURE, SPORT & TOURISM]
 - Tavares, B. Mercê, C., Santos, F., Oliveira, R. (2025). Analysis of body composition, motor skills and mental health in the injury risk in youth soccer and futsal athletes | Análise da composição corporal, competência motora e saúde mental no risco de lesão em atletas de formação de futebol e futsal. *Motricidade*, 21, e40041. <https://doi.org/10.6063/motricidade.40041> [SJR, impact factor = 0.211, Q3 – Physical Therapy, Sports Therapy and Rehabilitation]
-

-
- Sousa, M., Moutão, J., Oliveira, R. & Alves, S. (2025). Desarrollo y validación de un programa de entrenamiento físico para mujeres diagnosticadas de fibromialgia “Pessoas com Fibra” (Personas con Fibra). *Retos*, 62, 837–849. <https://doi.org/10.47197/retos.v62.107160> [JCR, impact factor = 1.3, Q3 - Science Citation Index Expanded (SCIE) CATEGORY HOSPITALITY, LEISURE, SPORT & TOURISM]
 - Peres, A.B., Almeida, T.A.F., Massini, D.A., Macedo, A.G., Espada, M.C., Robalo, R.A.M., Oliveira, R., Brito, J.P., Pessôa Filho, D.M. (2025). Similarity Index Values in Fuzzy Logic and the Support Vector Machine Method Applied to the Identification of Changes in Movement Patterns During Biceps-Curl Weight-Lifting Exercise. *Journal of Functional Morphology Kinesiology*, 10, 84. <https://doi.org/10.3390/jfmk10010084> [JCR, impact factor = 2.6, Q1 - Science Citation Index Expanded (SCIE) CATEGORY SPORT SCIENCES]
 - Martins, A.D., Fernandes, O., Paulo Brito, J., Gonçalves, B., Oliveira, R. & Batalha, N. (2025). Effects of a 16-week high-speed resistance training program on heart rate variability indices in community-dwelling independent older adults: A clinical trial. *Journal of Applied Gerontology*, 0(0). <https://doi.org/10.1177/07334648251332437> [JCR, impact factor = 2.2, Q2 - CATEGORY GERONTOLOGY]
 - Martins, A.D., Batalha, N., Fernandes, O., Gonçalves, B., Oliveira, R., Brito, J.P. (2025). Effects of a 16-week high-speed resistance training program on physical and cognitive function in community-dwelling independent older adults: a clinical trial. *Sport Sciences for Health*. <https://doi.org/10.1007/s11332-025-01419-5> [JCR, impact factor = 1.2, Q3 - CATEGORY SPORTS SCIENCES]
 - Mahmoudi, A., Hammami, R., Oliveira, R., Alijanpou, N., Gorouhi, A., Gholizadeh, R., Mainer-Pardos, E. & Nobari, H. (2025). Assessing the reliability of inter-limb asymmetry in the 1RM back squat and its relationship with dynamic balance, muscle power, speed, and change of direction in pre-pubertal male soccer players. *Sport Sciences for Health*. <https://doi.org/10.1007/s11332-025-01493-9> [JCR, impact factor = 1.2, Q3 - CATEGORY SPORTS SCIENCES]
 - Thomas, A., Wheeler, J., Bishop, R., Prato, M.F.G., Karakuş, O., Cain, E., Kana-Ah, A., Nisbet, D., Oliviera, R. & Morgans, R. (2025). Correlating diurnal variations in peak athleticism with buccal gene expression in youth football players. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, DOI: 10.1080/24748668.2025.2530293 [JCR, impact factor = 1.6, Q3 - CATEGORY SPORTS SCIENCES]
 - Samakosh, H.M.N., Maktoubian, M., Doost, S.P.R., Oliveira, R., Badicu, G., Al-Mhanna, S.B., Hassanzadeh, M., Amadekhiar, P., Vaskasi, P.R. (2025). Active and sham transcranial direct-current stimulation (tDCS) plus core stability on the knee kinematic and performance of the lower limb of the soccer players with dynamic knee valgus; two armed randomized clinical
-

-
- trial[J]. *AIMS Neuroscience*, 12(3): 312-331. doi: 10.3934/Neuroscience.2025017 [JCR, impact factor = 2.7, Q3 - CATEGORY NEUROSCIENCES]
- Martins, A.D., Paulo Brito, J., Fernandes, O., Gonçalves, B., Oliveira, R. & Batalha, N. (2025). Long-term effects on rate of torque development and fear of falling following high-speed resistance training in older adults. *Scientific Reports*, 15, 29139. <https://doi.org/10.1038/s41598-025-09095-8> | <https://rdocu.be/ezYib> [JCR, impact factor = 3.9, Q1 - CATEGORY MULTIDISCIPLINARY SCIENCES]
 - Sağıroğlu, İ., Ceylan, H.I., Özdemir, K., Oliveira, R., Morgans, R. & Bragazzi, N.L. (2025). The acute effect of foam roller application on eccentric knee flexor strength in rugby sevens players: a randomised crossover trial. *Journal of Men's Health*, 21(8), 45-55. DOI:10.22514/jomh.2025.108. [JCR, impact factor = 0.6, Q4 - Science Citation Index Expanded (SCIE) and Social Sciences Citation Index (SSCI), CATEGORY, PUBLIC, ENVIRONMENTAL & OCCUPATIONAL HEALTH]
 - Martins A. D., Fernandes, O., Brito, J.P., Oliveira, R., Gonçalves, B., Batalha, N. (2025). Long-Term Impact of Physical Activity Levels After High-Speed Resistance Training on Cardiac Autonomic Control in Independent Older Adults. *Sage Open Aging*, 11. doi:10.1177/30495334251369446 [SJR, impact factor = 0.514, Q1]
 - Alvirdu, S., Arslan, Y., Keskin, K., Oliveira, R. & Nobari, H. (2025). Acute skin temperature responses to the 30-15 intermittent fitness test in professional male soccer players. *Retos*, 73, 1220-1231. <https://doi.org/10.47197/retos.v73.109970> [JCR, impact factor = 1.3, Q3 - Science Citation Index Expanded (SCIE) CATEGORY HOSPITALITY, LEISURE, SPORT & TOURISM]
 - Brígida, N., Catela, D., Mercê, C., & Branco, M. (2025). Precision of an Inertial System to Evaluate the Finger Tapping Test in Women with Fibromyalgia. *Sports*, 13(11), 373. <https://doi.org/10.3390/sports13110373>
 - Tavares, B., Mercê, C., Santos, F. & Oliveira, R. (2025). Analysis of body composition, motor skills and mental health in the injury risk in youth soccer and futsal athletes. *Motricidade*, 21, <https://doi.org/10.6063/motricidade.40041>
 - Mercê, C., Sousa, M., Bernardino, S., Saramago, N., Pereira, H., & Santos-Rocha, R. (2025). Efectos de intervenciones basadas en el modelo transteórico para incrementar la actividad física en adultos mayores: revisión sistemática. *Retos*, 68, 1997-2007. <https://doi.org/10.47197/retos.v68.111206>
 - Mercê, C., Catela, D., Cordovil, R., Bernardino, M., & Branco, M. (2025). Learning to Cycle: Body Composition and Balance Challenges in Balance Bikes Versus Training Wheels. *Journal of Functional Morphology and Kinesiology*, 10(1), 53. <https://doi.org/10.3390/jfmk10010053>
 - Rodrigues, L. P., Cordovil, R., Costa, J. A., Seabra, A., Guilherme, J., Vale, S., Luz, C., Flôres, F., João Lagoa, M., Almeida, G., Lopes, V. P., Mercê, C., Esteves, P. T., Santos, S.,
-

-
- Correia, V., Serrano, J., Mendes, R., Matos, R., Loureiro, V., Neto, C., & MCA Research Team. (2025). Improving Motor Competence of Children: The “Super Quinas” Intervention Program in Portuguese Primary Schools. *Journal of Physical Activity and Health*, 22(4), 436-443. Retrieved Feb 3, 2026, from <https://doi.org/10.1123/jpah.2024-0484>
- Mercê, C., Simões, V., Ramos, L., Silva, M., Brígida, N., Vitorino, A., Branco, M., & Oliveira, R. (2025). Move4Future: aplicación y efectos de un programa piloto de ejercicio físico para niños y jóvenes en situación de riesgo procedentes de familias multiproblemáticas. *Retos*, 66, 403-415. <https://doi.org/10.47197/retos.v66.110568>
 - Mercê, C., Bernardino, S., Saramago, N., Branco, M., & Catela, D. (2025). A Quasi-Experimental Hip-Hop-Based Program to Improve Motor Competence and Physical Activity in Preschoolers in Portugal: The “Grow+” Program. *Healthcare*, 13(19), 2518. <https://doi.org/10.3390/healthcare13192518>
 - Estevan, I., De Meester, A., Veldman, S. L. C., Mercê, C., Branco, M., Lopes, F., Catela, D., Hasanen, E., Laukkanen, A., Tortella, P., Sá, C., Jidovtseff, B., Fujikawa, R., García-Massó, X., & Cordovil, R. (2025). How learning to cycle influences lifestyle: An eight-country pooled analysis and person-centered approach. *Journal of Transport & Health*, 44, 102114. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.jth.2025.102114>
 - Mercê, C., Tavares, B., & Oliveira, R. (2025). Análisis de los programas de salud y bienestar y su relación con las lesiones en jugadores de fútbol y futsal: una revisión sistemática. *Retos*, 69, 31-44. <https://doi.org/10.47197/retos.v69.110486>
 - Alves, L., Ferreira, C., Mercê, C. et al. Exploring user profiles and preferences for mobile apps promoting active lifestyles during pregnancy and postpartum: cross-sectional study. *BMC Pregnancy Childbirth* 25, 558 (2025). <https://doi.org/10.1186/s12884-025-07635-8>

4.4 - Resultados dos inquéritos

- Mapa Avaliação do Curso / Escola – Anexo 2
- Mapa Geral Avaliação Unidades Curriculares 1º Semestre – Anexo 3
- Mapa Geral Avaliação Unidades Curriculares 2º Semestre – Anexo 4

4.5- Sugestões de melhoria apresentadas no relatório de unidade curricular pelo docente responsável

5- Análise SWOT do ciclo de estudos

5.1 – Pontos fortes (*Strengths*)

- Elevada procura e atratividade do ciclo de estudos, com número de candidatos (26) superior ao número de vagas (25), e forte captação em 1.^a opção (19 inscritos em 1.^a opção).
- Desempenho académico positivo nas UCs do 1.º ano, com taxas de sucesso de 100% nas unidades curriculares avaliadas e classificações médias globalmente elevadas.
- Baixa taxa de abandono (2%), sugerindo boa retenção e acompanhamento dos estudantes.
- Boa empregabilidade dos diplomados (89%), evidenciando relevância profissional da formação.
- Corpo docente qualificado e cientificamente ativo, com produção científica relevante (artigos, capítulos, livros), participação em projetos e dinamização de atividades técnico-científicas.
- Integração progressiva de metodologias pedagógicas ativas e digitais, com mais de 80% das UCs a atualizar metodologias de ensino.
- Capacidade de internacionalização em crescimento, refletida em mobilidade docente e organização de iniciativas como BIP.

5.2 – Pontos fracos (*Weaknesses*)

- Eficiência formativa ainda limitada, com número reduzido de diplomados em e presença de repetentes, indicando necessidade de reforçar o acompanhamento no percurso de conclusão.
- Assimetrias na implementação de inovação pedagógica digital, com concretização parcial na exploração consistente de tecnologia em todas as UCs.
- Internacionalização estudantil insuficiente ao nível outgoing (**0 estudantes em mobilidade de saída**), apesar de dinâmicas positivas no corpo docente.
- Dinamização laboratorial e integração de estudantes em investigação ainda parcial, com margem para maior envolvimento sistemático de discentes em projetos.
- Concretização incompleta de algumas ações estratégicas do ano anterior, nomeadamente na componente associada a limitações orçamentais e estímulo a equipas de estudantes em concursos.

5.3 – Oportunidades (*Opportunities*)

- Implementação do novo plano de estudos (2025/26), permitindo reforçar alinhamento curricular com tendências atuais da área de Atividade Física e Saúde.
- Aumento da procura social por profissionais especializados em exercício e saúde, em contexto de envelhecimento populacional e prevalência de condições crónicas.
- Expansão de parcerias internacionais e redes Erasmus/BIP, com potencial para aumentar mobilidade de estudantes e coorientação internacional.
- Crescimento da investigação aplicada e da transferência de conhecimento, apoiado na participação dos docentes em projetos e publicações com impacto.
- Potenciação da ligação à comunidade e entidades externas (saúde, exercício, autarquias, associações), favorecendo estágios, projetos e empregabilidade.

5.4 – Constrangimentos (*Threats*)

- Limitações orçamentais e de financiamento, com impacto na capacidade de implementar integralmente ações de inovação pedagógica e científica.
- Concorrência crescente entre ciclos de estudos congéneres, exigindo diferenciação contínua da proposta formativa.
- Possíveis constrangimentos administrativos e de calendário na consolidação de alterações curriculares e em processos de mobilidade internacional.
- Risco de redução de disponibilidade dos estudantes trabalhadores, comum em ciclos de 2.º ciclo, com potencial impacto no ritmo de conclusão.
- Dependência de fatores externos para reforço da cooperação internacional (financiamento, compatibilidade de calendários, capacidade de acolhimento).

6- Propostas de ação de melhoria

6.1 – Ações de melhoria

- Ação 1 – Plano de Sucesso e Conclusão em Tempo Esperado (N/N+1)

Criar um plano de acompanhamento dos estudantes do 2.º ano (dissertação/estágio/projeto, com etapas obrigatórias (entrega do projeto até final outubro, verificação das tarefas inscrita em projeto) e monitorização trimestral de progresso.

- Ação 2 – Reforço da Internacionalização Estudantil (Outgoing)

Definir metas anuais de mobilidade de saída, identificar UCs com janelas de mobilidade, promover sessões de informação específicas e criar pacote de apoio linguístico/académico.

- Ação 3 – Consolidação da Inovação Pedagógica Digital

Estabelecer um referencial mínimo por UC (p. ex., 2 estratégias ativas + 1 ferramenta digital com evidência de aplicação) e partilha de boas práticas entre docentes.

- Ação 4 – Integração Estruturada de Estudantes em Investigação e Laboratório

Criar programa “Estudante Investigador MAFS” com bolsas/mini-projetos internos, mentoria docente e integração em linhas de investigação e eventos científicos.

- Ação 5 – Plano de Captação de Recursos e Parcerias

Mapear oportunidades de financiamento e protocolos com entidades externas para apoiar atividades laboratoriais, inovação pedagógica e projetos de estudantes.

6.2 – Prioridade

- Prioridade Alta: Ação 1 (sucesso/conclusão), Ação 2 (internacionalização outgoing), Ação 5 (recursos e parcerias).

Justificação: impacto direto na eficiência formativa, no posicionamento estratégico do curso e na sustentabilidade de implementação.

- Prioridade Média: Ação 3 (inovação pedagógica digital), Ação 4 (integração em investigação).

Justificação: ações estruturantes para qualidade e diferenciação do curso, com efeitos progressivos de médio prazo.

6.3 – Indicador de implementação

Para a Ação 1 – Sucesso/Conclusão

- % de estudantes do 2.º ano com plano de trabalho validado até ao final do 1.º trimestre.
- % de estudantes com 2 reuniões de acompanhamento/semestre registadas.
- Taxa de diplomados em N e N+1 (meta anual de crescimento).

Para a Ação 2 – Internacionalização

- N.º de estudantes outgoing/ano (meta inicial: ≥5 no próximo ano letivo).
- N.º de sessões de divulgação de mobilidade realizadas/ano.

Para a Ação 3 – Inovação pedagógica

- % de UCs com evidência documentada de metodologias ativas e ferramenta digital (meta: 100%).
- N.º de docentes envolvidos em ações de partilha/formação pedagógica digital.

Para a Ação 4 – Investigação

- N.º de estudantes do curso integrados em projetos/laboratório.
- N.º de comunicações/publicações com coautoria estudantil/ano.

Para a Ação 5 – Recursos e parcerias

- N.º de novas parcerias/protocolos formalizados/ano.
- Valor de financiamento captado para atividades do curso/ano.
- N.º de iniciativas apoiadas por financiamento externo.

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

DESCRIÇÃO [texto aberto, podendo ser incluídas tabelas, gráficos, etc...]

O Mestrado em Atividade Física e Saúde (120 ECTS, duração de 2 anos, área predominante em Ciências do Desporto) apresentou, no ano letivo 2024/2025, um desempenho

globalmente positivo, com indicadores consistentes de atratividade, sucesso académico e empregabilidade.

Ao nível da procura, o ciclo de estudos evidenciou boa capacidade de captação, com 26 candidatos para 25 vagas e 19 inscritos em 1.^a opção, o que reforça a pertinência e o posicionamento do curso no contexto formativo da área.

Em paralelo, o número total de estudantes inscritos no ciclo de estudos fixou-se em 40 (21 no 1.^o ano e 19 no 2.^o ano), com composição diversificada em termos de proveniência geográfica, incluindo estudantes internacionais.

No domínio dos resultados académicos, destacam-se taxas de sucesso de 100% nas UCs avaliadas do 1.^o ano e na UC de Dissertação do 2.^o ano (nos estudantes avaliados), bem como classificações médias globalmente favoráveis nas diferentes unidades curriculares, o que aponta para consistência pedagógica e adequação dos processos de ensino-aprendizagem.

A taxa de abandono (2%) manteve-se reduzida, sugerindo um nível de retenção satisfatório.

Em matéria de eficiência formativa, embora se verifique um número de diplomados com bom perfil de classificação final (predominância de 16 valores ou mais), observa-se também a existência de estudantes repetentes, o que indica margem para reforço de mecanismos de acompanhamento no percurso de conclusão, sobretudo no 2.^o ano. Este ponto deverá continuar a merecer atenção estratégica da coordenação.

A empregabilidade dos diplomados (89%) constitui um indicador muito relevante de qualidade e adequação do perfil de competências do ciclo de estudos às necessidades do mercado de trabalho.

Este resultado é coerente com a orientação aplicada do curso e com a sua ligação às áreas de exercício, saúde e intervenção em populações especiais.

No plano da internacionalização, registaram-se mobilidades incoming de estudantes e docentes, bem como uma dinâmica robusta de mobilidade estudantil e docente em outgoing. Embora nos indicadores fornecidos, mostre que não se verificaram mobilidades de estudantes outgoing, este aspeto deve corrigido para evidenciar que houve a participação de cinco estudantes MAFS em outgoing para participar no B.I.P. “Understanding Human Motion: A Cultural and Analytical Approach” que se realizou na cidade de Timisoara na Roménia. De qualquer modo, é um aspeto importante a melhorar nos próximos ciclos de monitorização.

A realização deste BIP “Understanding Human Motion: A Cultural and Analytical Approach” em cooperação com Universidades europeias com ciclos de estudos nas ciências

do desporto e na medicina, reforça a estratégia de cooperação internacional e de visibilidade do curso.

Relativamente ao acompanhamento das ações de melhoria do ano anterior (80% de concretização), verificou-se evolução positiva na atualização metodológica das UCs, na integração parcial de tecnologia no ensino e na dinamização de colaborações internacionais e investigação. Permanecem, no entanto, desafios na concretização plena de algumas ações condicionadas por limitações orçamentais e por menor participação estudantil em iniciativas competitivas externas.

No eixo de desenvolvimento científico e ligação à comunidade, o ciclo de estudos apresentou atividade relevante: participação em congressos e ações de formação, envolvimento em projetos de investigação e produção científica significativa (artigos, capítulos, livros e atividades editoriais), incluindo produção com participação de estudantes. Este desempenho traduz vitalidade académica e potencial de transferência de conhecimento para contextos profissionais e comunitários.

Em síntese, o ciclo de estudos evidencia uma base sólida de qualidade, sustentada por procura estável, bons resultados académicos, baixa taxa de abandono e elevada empregabilidade. Para o próximo período, recomenda-se foco em três eixos prioritários: (i) reforço da eficiência formativa e conclusão em tempo esperado; (ii) incremento da mobilidade internacional de estudantes outgoing; e (iii) consolidação das ações de inovação pedagógica e integração dos estudantes em atividades de investigação e laboratório.

ANEXO

- Anexo 1 – Total de inscritos no ano letivo 2024/2025 na ESDRM por município de residência (RAIDES 24)
- Anexo 2 – Mapa Avaliação do Curso / Escola 2024/2025
- Anexo 3 – Mapa Geral Avaliação Unidades Curriculares 1º Semestre 2024/2025
- Anexo 4 – Mapa Geral Avaliação Unidades Curriculares 2º Semestre 2024/2025

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

3145;Instituto Politécnico de Santarém - Escola Superior de Desporto de Rio Maior;1314500-11/02/2025

Ano letivo	Município do estabelecimento de ensino	Município da residência permanente do aluno	Total	Deslocado	Não deslocado
2024/2025	Rio Maior	Rio Maior	43	9	34
2024/2025	Rio Maior	Abrantes	7	5	2
2024/2025	Rio Maior	Águeda	1	1	0
2024/2025	Rio Maior	Albergaria-a-Velha	2	2	0
2024/2025	Rio Maior	Albufeira	10	9	1
2024/2025	Rio Maior	Alcácer do Sal	4	4	0
2024/2025	Rio Maior	Alcanena	12	6	6
2024/2025	Rio Maior	Alcobaça	53	23	30
2024/2025	Rio Maior	Alcochete	3	3	0
2024/2025	Rio Maior	Alcoutim	1	1	0
2024/2025	Rio Maior	Alenquer	32	15	17
2024/2025	Rio Maior	Almada	10	6	4
2024/2025	Rio Maior	Almeida	2	2	0
2024/2025	Rio Maior	Almeirim	28	9	19
2024/2025	Rio Maior	Alpiarça	5	3	2
2024/2025	Rio Maior	Alvaiázere	1	1	0
2024/2025	Rio Maior	Amadora	12	8	4
2024/2025	Rio Maior	Amarante	1	1	0
2024/2025	Rio Maior	Angra do Heroísmo	2	2	0
2024/2025	Rio Maior	Ansião	2	1	1
2024/2025	Rio Maior	Arganil	1	1	0
2024/2025	Rio Maior	Arouca	1	0	1
2024/2025	Rio Maior	Arruda dos Vinhos	5	3	2
2024/2025	Rio Maior	Aveiro	4	3	1
2024/2025	Rio Maior	Avis	1	1	0
2024/2025	Rio Maior	Azambuja	19	4	15
2024/2025	Rio Maior	Barcelos	1	1	0
2024/2025	Rio Maior	Barreiro	4	3	1
2024/2025	Rio Maior	Batalha	9	5	4
2024/2025	Rio Maior	Beja	6	6	0
2024/2025	Rio Maior	Benavente	16	7	9
2024/2025	Rio Maior	Bombarral	11	5	6
2024/2025	Rio Maior	Borba	2	2	0
2024/2025	Rio Maior	Caldas da Rainha	50	16	34
2024/2025	Rio Maior	Calheta (R.A.M.)	1	1	0
2024/2025	Rio Maior	Câmara de Lobos	7	4	3
2024/2025	Rio Maior	Cantanhede	3	1	2
2024/2025	Rio Maior	Cartaxo	20	6	14
2024/2025	Rio Maior	Cascais	9	6	3
2024/2025	Rio Maior	Castelo Branco	3	3	0
2024/2025	Rio Maior	Castro Daire	1	0	1
2024/2025	Rio Maior	Castro Marim	2	2	0

2024/2025	Rio Maior	Castro Marim	2	2	0
2024/2025	Rio Maior	Chamusca	4	3	1
2024/2025	Rio Maior	Coimbra	6	5	1
2024/2025	Rio Maior	Constância	2	2	0
2024/2025	Rio Maior	Coruche	4	1	3
2024/2025	Rio Maior	Covilhã	1	1	0
2024/2025	Rio Maior	Crato	1	1	0
2024/2025	Rio Maior	Desconhecido	1	0	1
2024/2025	Rio Maior	Elvas	4	1	3
2024/2025	Rio Maior	Entroncamento	6	4	2
2024/2025	Rio Maior	Estarreja	3	2	1
2024/2025	Rio Maior	Estremoz	3	3	0
2024/2025	Rio Maior	Évora	12	10	2
2024/2025	Rio Maior	Faro	18	13	5
2024/2025	Rio Maior	Felgueiras	1	1	0
2024/2025	Rio Maior	Ferreira do Alentejo	2	2	0
2024/2025	Rio Maior	Ferreira do Zêzere	2	0	2
2024/2025	Rio Maior	Figueira da Foz	6	3	3
2024/2025	Rio Maior	Funchal	18	12	6
2024/2025	Rio Maior	Fundão	4	3	1
2024/2025	Rio Maior	Gouveia	4	3	1
2024/2025	Rio Maior	Grândola	4	3	1
2024/2025	Rio Maior	Guarda	4	3	1
2024/2025	Rio Maior	Guimarães	3	2	1
2024/2025	Rio Maior	Horta	2	2	0
2024/2025	Rio Maior	Ílhavo	3	2	1
2024/2025	Rio Maior	Lagoa (Algarve)	3	3	0
2024/2025	Rio Maior	Lagos	3	3	0
2024/2025	Rio Maior	Lajes do Pico	1	0	1
2024/2025	Rio Maior	Leiria	23	17	6
2024/2025	Rio Maior	Lisboa	22	14	8
2024/2025	Rio Maior	Loulé	2	2	0
2024/2025	Rio Maior	Loures	11	7	4
2024/2025	Rio Maior	Lourinhã	16	9	7
2024/2025	Rio Maior	Lousã	1	1	0
2024/2025	Rio Maior	Mação	2	2	0
2024/2025	Rio Maior	Macedo de Cavaleiros	1	1	0
2024/2025	Rio Maior	Machico	5	4	1
2024/2025	Rio Maior	Madalena	1	1	0
2024/2025	Rio Maior	Mafra	20	12	8
2024/2025	Rio Maior	Marinha Grande	11	7	4
2024/2025	Rio Maior	Mesão Frio	1	0	1
2024/2025	Rio Maior	Mira	2	1	1
2024/2025	Rio Maior	Moimenta da Beira	1	1	0
2024/2025	Rio Maior	Moita	5	4	1
2024/2025	Rio Maior	Monchique	1	1	0
2024/2025	Rio Maior	Montemor-o-Novo	6	3	3
2024/2025	Rio Maior	Montemor-o-Velho	1	0	1
2024/2025	Rio Maior	Montijo	11	6	5
2024/2025	Rio Maior	Mora	1	1	0
2024/2025	Rio Maior	Mortágua	3	2	1
2024/2025	Rio Maior	Moura	3	2	1
2024/2025	Rio Maior	Murtosa	2	2	0
2024/2025	Rio Maior	Nazaré	11	8	3
2024/2025	Rio Maior	Nelas	3	1	2
2024/2025	Rio Maior	Óbidos	7	3	4
2024/2025	Rio Maior	Odemira	4	4	0
2024/2025	Rio Maior	Odivelas	7	4	3
2024/2025	Rio Maior	Oeiras	15	11	4

2024/2025	Rio Maior	Olhão	8	6	2
2024/2025	Rio Maior	Oliveira de Azeméis	2	1	1
2024/2025	Rio Maior	Oliveira do Bairro	1	1	0
2024/2025	Rio Maior	Oliveira do Hospital	2	0	2
2024/2025	Rio Maior	Ourém	11	5	6
2024/2025	Rio Maior	Ovar	1	1	0
2024/2025	Rio Maior	Palmela	8	5	3
2024/2025	Rio Maior	Paredes de Coura	1	0	1
2024/2025	Rio Maior	Peniche	23	8	15
2024/2025	Rio Maior	Pinhel	1	0	1
2024/2025	Rio Maior	Pombal	9	8	1
2024/2025	Rio Maior	Ponta Delgada	3	3	0
2024/2025	Rio Maior	Ponte de Sor	5	4	1
2024/2025	Rio Maior	Portalegre	2	2	0
2024/2025	Rio Maior	Portel	1	1	0
2024/2025	Rio Maior	Portimão	7	6	1
2024/2025	Rio Maior	Porto	1	1	0
2024/2025	Rio Maior	Porto de Mós	16	8	8
2024/2025	Rio Maior	Porto Moniz	2	2	0
2024/2025	Rio Maior	Póvoa de Lanhoso	1	1	0
2024/2025	Rio Maior	Póvoa de Varzim	1	1	0
2024/2025	Rio Maior	Proença-a-Nova	1	0	1
2024/2025	Rio Maior	Redondo	2	1	1
2024/2025	Rio Maior	Ribeira Brava	2	1	1
2024/2025	Rio Maior	Sabugal	1	1	0
2024/2025	Rio Maior	Salvaterra de Magos	9	4	5
2024/2025	Rio Maior	Santa Cruz	13	11	2
2024/2025	Rio Maior	Santana	1	1	0
2024/2025	Rio Maior	Santarém	66	22	44
2024/2025	Rio Maior	Santiago do Cacém	7	5	2
2024/2025	Rio Maior	São Brás de Alportel	3	2	1
2024/2025	Rio Maior	São Pedro do Sul	1	1	0
2024/2025	Rio Maior	Seia	5	5	0
2024/2025	Rio Maior	Seixal	3	3	0
2024/2025	Rio Maior	Serpa	2	1	1
2024/2025	Rio Maior	Setúbal	7	7	0
2024/2025	Rio Maior	Sever do Vouga	2	0	2
2024/2025	Rio Maior	Silves	4	2	2
2024/2025	Rio Maior	Sines	8	5	3
2024/2025	Rio Maior	Sintra	35	23	12
2024/2025	Rio Maior	Sobral de Monte Agraço	3	1	2
2024/2025	Rio Maior	Sousel	1	1	0
2024/2025	Rio Maior	Tavira	4	4	0
2024/2025	Rio Maior	Tomar	12	9	3
2024/2025	Rio Maior	Tondela	1	1	0
2024/2025	Rio Maior	Torres Novas	21	14	7
2024/2025	Rio Maior	Torres Vedras	34	19	15
2024/2025	Rio Maior	Vagos	5	4	1
2024/2025	Rio Maior	Valença	1	1	0
2024/2025	Rio Maior	Velas	3	2	1
2024/2025	Rio Maior	Vendas Novas	4	3	1
2024/2025	Rio Maior	Viana do Alentejo	1	1	0
2024/2025	Rio Maior	Vila da Praia da Vitória	3	2	1

2024/2025	Rio Maior	Vila Flor	1	1	0
2024/2025	Rio Maior	Vila Franca de Xira	28	14	14
2024/2025	Rio Maior	Vila Franca do Campo	2	2	0
2024/2025	Rio Maior	Vila Nova da Barquinha	4	4	0
2024/2025	Rio Maior	Vila Nova de Famalicão	1	1	0
2024/2025	Rio Maior	Vila Nova de Gaia	2	1	1
2024/2025	Rio Maior	Vila Nova de Paiva	1	0	1
2024/2025	Rio Maior	Vila Pouca de Aguiar	1	0	1
2024/2025	Rio Maior	Vila Real de Santo António	6	3	3
2024/2025	Rio Maior	Viseu	1	0	1
		Total	1149	657	492

Avaliação do Curso e Escola pelos Estudantes
Ano letivo 2024/2025 - 1º Semestre

CURSO	MAFS
-------	------

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

ORGANIZAÇÃO DO CURSO	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	1	0	0	1	0	0	0	0
* As unidades curriculares estão articuladas entre si	2	2,9	1	0	1	0	0	0	0	0
* A estrutura curricular do curso proporciona o contacto com atividades de investigação	2	2,9	1	0	1	0	0	0	0	0
* Os estudantes estão satisfeitos com o horário letivo	4	2,9	1	0	0	0	1	0	0	0
* Os estudantes estão satisfeitos com o guia informativo do curso	3	3	1	0	0	1	0	0	0	0

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

CARGA HORÁRIA DO CURSO (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	1	2,2	1	1	0	0	0	0	0
* Aulas Teórico-Práticas	1	1,8	1	1	0	0	0	0	0
* Aulas Práticas/Laboratoriais	1	1,6	1	1	0	0	0	0	0
* Trabalho de Campo	1	1,6	1	1	0	0	0	0	0
* Estágio/Projecto	1	1,9	1	1	0	0	0	0	0
* Seminário	2	1,9	1	0	1	0	0	0	0
* Orientação tutorial	1	1,8	1	1	0	0	0	0	0
* Carga horária global	2	2,2	1	0	1	0	0	0	0

COORDENAÇÃO DO CURSO	Média	Média Global	Total Resp.	1	2	3	4	S/O	N/A	NR
* A coordenação de curso demonstra disponibilidade para atendimento	3	3,1	1	0	0	1	0	0	0	0
* A coordenação de curso resolve de forma rápida e eficaz as questões identificadas pelos estudantes	2	2,9	1	0	1	0	0	0	0	0
* A coordenação de curso realiza iniciativas diversificadas	2	2,9	1	0	1	0	0	0	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	2	3	1	0	1	0	0	0	0	0

ASPETOS MAIS POSITIVOS DO CURSO
612

ASPETOS MAIS NEGATIVOS DO CURSO
610

SUGESTÕES PARA A MELHORIA DO CURSO
611

SUGESTÕES PARA A MELHORIA DA ESCOLA

609

20/10/2025 11:36:03

– Respostas Abertas –

609 - - - Já o fiz anteriormente

610 - - - Não tem aulas integrativas a sociedade,

- Não tem projetos abertos aos alunos;

- As questões apresentadas são meramente hipóteses;

- Alguns professores não se interessam pelos alunos internacionais, Principalmente do continente Africano e Brasileiros.

- Alguns professores não se entendem com o conteúdo programático.

- A maioria dos professores não respondem aos e-mails, e não dão suporte aos alunos em seus projetos.

- Alunos não são bem vistos quando tem que trabalhar, para se prover e pagar seus estudos.

- O curso é muito restrito à aulas que são mais do mesmo.

- Trabalhos demasiados teóricos.

- Alguns professores são ignorantes, e tratam mal os alunos, assediando moralmente.

- Professores em sua maioria querem trabalhos que citem seus artigos, desmerecendo alunos que citam artigos de outros autores que não sejam

Portugueses ou do Politécnico.

- Professores que desmerecem o ensino de Estudantes internacionais, e suas instituições.

- O curso não aceita o acordo ortográfico Brasil /Portugal, já tive alguns embates por essa questão.

611 - - - Tratar melhor os estudantes;

- Entender que a literacia de outras Nacionalidades científicas, não são mais importantes, mas possuem maior poder de fala que a Literacia Portuguesa.

- Projetos que realmente integrem os mestrados a prática das aulas, atendimento real a comunidade.

- Ser mais aberto aos projetos de linha de pesquisa que os alunos trazem, diferentes dos implementados pelos professores, e aceitar que o conhecimento vem de diversos lados. Professor = Aluno e Aluno = Professor.

- Ter material adequado mínimo para testes e provas , para cobrar o máximo. (alguns Professores)

- Entender sobre desigualdades, multiculturalismo, ser em mais empático.

- Ter mais mobilidade urbana entre as cidades, nem todo aluno pode ter seu próprio meio de transporte.

612 - - - Curso com a temática muito interessante e de suma importância para a comunidade.

- atende a grupos especiais

- Temática do emagrecimento e hábitos saudáveis

INQUÉRITOS PEDAGÓGICOS
Avaliação das Unidades Curriculares pelos Estudantes
Ano letivo 2024/2025 - 1º Semestre

UNIDADE CURRICULAR (UC)/MÓDULO			
DOCENTE			
CURSO	MAFS - Mestrado em Atividade Física e Saúde		
ANO		Nº de respondentes/total alunos	4/35
ESCOLA	Escola Superior de Desporto de Rio Maior		

4 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.	5,3	5,6	34	0	1	3	0	1	5	4	0	0	0
A UC representa um contributo para a aquisição de competências associadas ao curso.	6,1	5,7	34	0	0	1	0	1	6	6	0	0	0
As plataformas online de aprendizagem e acesso à informação (Moodle, Sigarra, e-raizes, etc.) utilizadas na UC são adequadas.	4,9	5,8	34	0	1	5	0	1	3	4	0	0	0
Os procedimentos de avaliação das UC estão adequados aos respetivos objetivos de aprendizagem.	5,5	5,6	34	0	1	0	2	2	6	3	0	0	0
Os materiais de apoio disponíveis foram úteis.	5,3	5,7	34	0	1	1	1	4	4	3	0	0	0
Os métodos de avaliação foram adequados aos conteúdos da UC.	5,3	5,6	34	1	1	0	1	2	6	3	0	0	0
A UC promove o sentido crítico sobre o tema no contexto social e profissional.	5,3	5,6	34	1	0	3	1	0	3	6	0	0	0
A UC promove a autonomia na aprendizagem.	5,6	5,7	34	0	1	1	2	0	5	5	0	0	0
A UC promove o desenvolvimento de novas competências e capacidades.	5,9	5,8	34	0	0	1	2	1	3	7	0	0	0
Considero-me globalmente satisfeito/a com o funcionamento da UC.	4,9	5,5	34	1	1	1	2	3	2	4	0	0	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.	6	5,6	43	0	2	2	1	5	12	19	2	0	0
A intervenção do/a docente estimulou o interesse sobre os conteúdos programáticos da UC.	6	5,5	43	0	1	2	1	6	13	18	2	0	0
Há preocupação por parte do docente relativamente ao desempenho dos/das estudantes.	6,1	5,7	43	1	0	2	2	3	12	21	2	0	0
O/a docente esclarece dúvidas quando solicitado.	6,3	5,9	43	0	0	1	3	2	12	23	2	0	0
O/a docente estimula à participação e discussão.	6,2	5,7	43	0	0	2	2	4	12	21	2	0	0
Considero-me globalmente satisfeito/a com a intervenção do/a docente.	5,7	5,7	43	1	2	4	1	3	11	19	2	0	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).	6,1	6,1	34	0	0	0	2	0	7	5	0	0	0
Por norma envolvo-me ativamente nas atividades propostas na UC.	6,4	5,8	34	0	0	0	0	1	6	7	0	0	0
Adquiri novos conhecimentos e competências.	6,4	5,9	34	0	0	0	0	2	4	8	0	0	0
Considero-me globalmente satisfeito/a com a minha prestação, enquanto estudante, nesta UC.	6,1	5,8	34	0	0	0	0	3	6	5	0	0	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
---	--------------	---------------------	------------------------	----------	----------	----------	--------------	-----------	-----------

[1]

Componente Teórica	22	21	14	0	11	3	0	0	0
Componente Prática	2	19	14	1	11	1	0	1	0
N.º de horas de Contacto	21	2	14	0	12	2	0	0	0
Nº de horas de Trabalho Autónomo	23	21	14	0	10	4	0	0	0

SE AVALIOU A CARGA DE TRABALHO E ORGANIZAÇÃO DA UC COMO SENDO INSUFICIENTE, INDIQUE O PRINCIPAL MOTIVO:

O programa é pouco extenso	1
Trabalho excessivo noutras Ucs	1
A matéria já foi lecionada noutra UC	0
Repetência nesta UC	0
Outras razões	2
NR	10

SE AVALIOU A CARGA DE TRABALHO E ORGANIZAÇÃO DA UC COMO SENDO EXCESSIVA, INDIQUE O PRINCIPAL MOTIVO

Trabalhos extensos ou complexos	1
Falta de preparação anterior para acompanhar esta UC	0
Problemas de organização da UC	3
Outras razões	0
NR	10

Respostas Abertas

MAFS007 - Fisiologia do Esforço em Populações Especiais
Comentários / Sugestões:

Se avalia a sua carga de trabalho, a esta UC, como sendo INSUFICIENTE, e indicou como principal motivo "Outras razões", indique quais?
- Falta de organização

MAFS001 - Metodologia da Investigação em Desporto
Comentários / Sugestões:

Se avalia a sua carga de trabalho, a esta UC, como sendo INSUFICIENTE, e indicou como principal motivo "Outras razões", indique quais?
- -

MAFS004 - Nutrição e Composição Corporal
Comentários / Sugestões:

Se avalia a sua carga de trabalho, a esta UC, como sendo INSUFICIENTE, e indicou como principal motivo "Outras razões", indique quais?
- Solicitação do trabalho ultrapassa o campo profissional de outra classe.

MAFS007 - Fisiologia do Esforço em Populações Especiais
Comentários / Sugestões:

Se avalia a sua carga de trabalho, a esta UC, como sendo EXCESSIVA, e indicou como principal motivo "Outras razões", indique quais?
- Falta de organização

MAFS001 - Metodologia da Investigação em Desporto
Comentários / Sugestões:

Se avalia a sua carga de trabalho, a esta UC, como sendo EXCESSIVA, e indicou como principal motivo "Outras razões", indique quais?
- -

MAFS002 - Avaliação e Prescrição do Exercício nas Fases Especiais da Vida
Comentários / Sugestões:

Indique quais os aspetos mais POSITIVOS da UC:
- O título diz tudo.

MAFS006 - Exercício Físico nas Fases Especiais da Vida
Comentários / Sugestões:

Indique quais os aspetos mais POSITIVOS da UC:
- Nada a referir.

MAFS007 - Fisiologia do Esforço em Populações Especiais
Comentários / Sugestões:

Indique quais os aspetos mais POSITIVOS da UC:
- Não se verificou
- A matéria em si.

MAFS001 - Metodologia da Investigação em Desporto
Comentários / Sugestões:

Indique quais os aspetos mais POSITIVOS da UC:

-
- Aquisição de ferramentas muito úteis para uma carreira em contexto académico.
 - Ferramentas para o projeto do 2º ano

MAFS004 - Nutrição e Composição Corporal

Comentários / Sugestões:

Indique quais os aspetos mais POSITIVOS da UC:

- Incentivo a fazer o curso de nutrição.

MAFS005 - Saúde, Desenvolvimento e Envelhecimento

Comentários / Sugestões:

Indique quais os aspetos mais POSITIVOS da UC:

- Novo olhar sobre a Educação física.

MAFS002 - Avaliação e Prescrição do Exercício nas Fases Especiais da Vida

Comentários / Sugestões:

Indique quais os aspetos mais NEGATIVOS da UC:

- Nada a referir.

MAFS006 - Exercício Físico nas Fases Especiais da Vida

Comentários / Sugestões:

Indique quais os aspetos mais NEGATIVOS da UC:

- Nada a referir.

MAFS007 - Fisiologia do Esforço em Populações Especiais

Comentários / Sugestões:

Indique quais os aspetos mais NEGATIVOS da UC:

- O atraso na entrega de materiais didáticos. Sensação de alguma desorganização, talvez por
- falta de organização de conteúdos - falta de entrega de documentação atempadamente levando à alteração da frequência
- conteúdos lecionados desatualizados. O docente verbalizou

MAFS001 - Metodologia da Investigação em Desporto

Comentários / Sugestões:

Indique quais os aspetos mais NEGATIVOS da UC:

- Muita carga horária online deveria ser mais presencial
- Nada a referir.

MAFS004 - Nutrição e Composição Corporal

Comentários / Sugestões:

Indique quais os aspetos mais NEGATIVOS da UC:

- Considerei invadir o campo profissional de outra classe.

MAFS005 - Saúde, Desenvolvimento e Envelhecimento

Comentários / Sugestões:

Indique quais os aspetos mais NEGATIVOS da UC:

- Trabalhos muito confusos.

FEV/2025 14:28:01

INQUÉRITOS PEDAGÓGICOS
Avaliação das Unidades Curriculares pelos Estudantes
Ano letivo 2024/2025 - 2º Semestre

UNIDADE CURRICULAR (UC)/MÓDULO			
DOCENTE			
CURSO	MAFS - Mestrado em Atividade Física e Saúde		
ANO		<u>N.º de respondentes</u> /total alunos	3/40
ESCOLA	Escola Superior de Desporto de Rio Maior		

4 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	34	1	1	1	0	2	2	7	0	0	0
A UC representa um contributo para a aquisição de competências associadas ao curso.	5,5	5,7	34	1	1	1	1	1	1	8	0	0	0
As plataformas online de aprendizagem e acesso à informação (Moodle, Sigarra, e-raies, etc.) utilizadas na UC são adequadas.	5,1	5,7	34	1	0	1	2	4	2	4	0	0	0
Os procedimentos de avaliação das UC estão adequados aos respetivos objetivos de aprendizagem.	5,1	5,5	34	1	2	1	0	2	2	6	0	0	0
Os materiais de apoio disponíveis foram úteis.	5,1	5,6	34	2	1	0	0	2	5	4	0	0	0
Os métodos de avaliação foram adequados aos conteúdos da UC.	5,1	5,5	34	1	2	1	0	1	3	5	0	1	0
A UC promove o sentido crítico sobre o tema no contexto social e profissional.	5,4	5,6	34	1	2	0	1	1	1	8	0	0	0
A UC promove a autonomia na aprendizagem.	5,6	5,7	34	1	2	0	0	1	2	8	0	0	0
A UC promove o desenvolvimento de novas competências e capacidades.	5,6	5,7	34	1	2	0	0	2	0	9	0	0	0
Considero-me globalmente satisfeito/a com o funcionamento da UC.	5,4	5,4	34	2	1	1	0	1	0	9	0	0	0

AVALIAÇÃO DA INTERVENÇÃO DO/A DOCENTE	Média	Média Global	Total Respostas	1	2	3	4	5	6	7	SO/NR	NA	SR
<u>O/a docente</u> expõe a informação com clareza.	6,3	5,6	35	0	2	2	0	1	3	23	0	4	0
A intervenção do/a docente estimulou o interesse sobre os conteúdos programáticos da UC.	6	5,5	35	2	3	0	0	2	1	23	0	4	0
Há preocupação por parte do docente relativamente ao desempenho dos/das estudantes.	6,4	5,7	35	0	0	2	1	2	3	23	0	4	0
<u>O/a docente</u> esclarece dúvidas quando solicitado.	6,5	5,9	35	0	1	0	1	3	3	23	0	4	0
<u>O/a docente</u> estimula à participação e discussão.	6,3	5,7	35	0	2	1	1	2	1	24	0	4	0
Considero-me globalmente satisfeito/a com a intervenção do/a docente.	6,3	5,7	35	1	0	2	1	2	1	23	1	4	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).	6,7	6	34	0	0	0	0	1	2	11	0	0	0
Por norma envolvo-me ativamente nas atividades propostas na UC.	6,6	5,8	34	0	0	1	0	0	1	12	0	0	0
Adquiri novos conhecimentos e competências.	6,1	5,8	34	0	1	1	0	1	2	9	0	0	0
Considero-me globalmente satisfeito/a com a minha prestação, enquanto estudante, nesta UC.	6,3	5,7	34	0	0	1	0	1	4	8	0	0	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
--	-------	--------------	-----------------	---	---	---	-------	----	----

[1]

Componente Teórica	21	21	14	3	6	4	0	1	0
Componente Prática	18	19	14	5	6	2	0	1	0
N.º de horas de Contacto	22	2	14	1	9	3	1	0	0
Nº de horas de Trabalho Autónomo	25	21	14	0	7	7	0	0	0

SE AVALIOU A CARGA DE TRABALHO E ORGANIZAÇÃO DA UC COMO SENDO INSUFICIENTE, INDIQUE O PRINCIPAL MOTIVO:

O programa é pouco extenso	2
Trabalho excessivo noutras Ucs	0
A matéria já foi lecionada noutra UC	0
Repetência nesta UC	0
Outras razões	1
NR	11

SE AVALIOU A CARGA DE TRABALHO E ORGANIZAÇÃO DA UC COMO SENDO EXCESSIVA, INDIQUE O PRINCIPAL MOTIVO

Trabalhos extensos ou complexos	4
Falta de preparação anterior para acompanhar esta UC	0
Problemas de organização da UC	1
Outras razões	0
NR	9

Respostas Abertas

MAFS009 - Avaliação e Prescrição do Treino Funcional

Comentários / Sugestões:

Se avalia a sua carga de trabalho, a esta UC, como sendo INSUFICIENTE, e indicou como principal motivo "Outras razões", indique quais?

- Deveríamos ter mais horas desta UC

MAFS013 - Empreendedorismo na Atividade Física e Saúde

Comentários / Sugestões:

Se avalia a sua carga de trabalho, a esta UC, como sendo EXCESSIVA, e indicou como principal motivo "Outras razões", indique quais?

- UC extremamente complexo

MAFS009 - Avaliação e Prescrição do Treino Funcional

Comentários / Sugestões:

Indique quais os aspetos mais POSITIVOS da UC:

- Acho que está UC deveria ter globalmente mais horas atribuídas quer de prática e teórica. Houve um intervalo muito grande entre a matéria dada e as avaliações o que parece prejudicar o processo de aprendizagem.

- Muito enriquecedor em questão de avaliação funcional e de prescrição

MAFS014 - Biomecânica do Exercício

Comentários / Sugestões:

Indique quais os aspetos mais POSITIVOS da UC:

- Acesso a programação para tratamento de dados.

MAFS013 - Empreendedorismo na Atividade física e Saúde

Comentários / Sugestões:

Indique quais os aspetos mais POSITIVOS da UC:

- Nenhum

MAFS012 - Prevenção, Segurança e Emergência na Atividade física

Comentários / Sugestões:

Indique quais os aspetos mais POSITIVOS da UC:

- Situações reais, material adequado e diverso que permite a atuação mais consciente.

- muito enriquecedor e essencial na vida profissional e pessoal

MAFS008 - Saúde Pública e Atividade Física

Comentários / Sugestões:

Indique quais os aspetos mais POSITIVOS da UC:

- Trabalho implica aliar a teoria à prática

- Espero que me ajude na vida futura na implementação de um programa comunitário.

MAFS014 - Biomecânica do Exercício

Comentários / Sugestões:

Indique quais os aspetos mais NEGATIVOS da UC:

- Deveria ter mais horas letivas.

MAFS013 - Empreendedorismo na Atividade física e Saúde

Comentários / Sugestões:

Indique quais os aspetos mais NEGATIVOS da UC:

[3]

-
- O docente foi várias vezes rude, com uma dificuldade em criar proximidade com os alunos, não conseguindo transmitir muitas vezes a informação de forma a que os alunos pudessem compreendê-la. (Adequação da linguagem).
 - Docente muito arrogante e rude e com dificuldade em esclarecer dúvidas não compreendo a necessidade de frequência com matéria vaga e tendo em conta que somos trabalhadores-estudantes. Este UC e os seus conteúdos, na minha opinião, devem ser revistos tais como as componentes de avaliação.

MAFS012 - Prevenção, Segurança e Emergência na Atividade física
Comentários / Sugestões:

Indique quais os aspetos mais NEGATIVOS da UC:

- Poucas horas de aulas práticas.

MAFS008 - Saúde Pública e Atividade Física
Comentários / Sugestões:

Indique quais os aspetos mais NEGATIVOS da UC:

- Nada a salientar

00/11/2024 14:01:04