

DESPORTO  
E BEM-ESTAR  
CURSO DE DES  
PORTO E BEM-

TAMBÉM NO FACEBOOK DESPORTO E BEM-ESTAR IPL  
DBE.ESEGS@IPLEIRIA.PT

[WWW.DBE.IPLEIRIA.PT](http://WWW.DBE.IPLEIRIA.PT)

**DESPORTO**



**IPL**  
escola superior  
de educação  
e ciências sociais  
instituto politécnico  
de leiria

**E BEM-ESTAR**

DESPORTO E B

# CURSO DE DESPORTO E BEM-ESTAR

Regime Diurno (9851)  
Regime Pós-Laboral (8132)  
Duração: 6 semestres  
N.º de ECTS: 180 créditos

## CONDIÇÕES DE ACESSO

Provas de Ingresso – 2013  
Uma das seguintes provas:  
(02) Biologia e Geologia  
(16) Matemática  
(18) Português

**Deliberação n.º 541/2013,  
de 22 de fevereiro**

## PREFERÊNCIA REGIONAL

Coimbra, Leiria, Lisboa  
e Santarém: 30% Vagas

## OBJETIVOS DO CURSO

Proporcionar conhecimentos e competências operacionais nas áreas-chave do domínio das atividades físicas e desportivas, destinadas a todos os escalões etários e aos diversos enquadramentos/dimensões em que estas atividades são ministradas, como base para a qualidade de vida e bem-estar dos indivíduos e das populações.

## SAÍDAS PROFISSIONAIS

Coordenar atividades físicas e desportivas, nas áreas recreativas, de treino, manutenção, iniciação, motivação, entre outras;

Conceber, ministrar, supervisionar e avaliar programas ou práticas de desporto de qualidade destinadas a populações com objetivos, motivações e necessidades variadas.

## UNIDADES CURRICULARES

### Escolher uma das opções

(1) Atletismo, Ginástica, Patinagem ou Raquetas

(2) Futebol, Voleibol, Andebol e Basquetebol

### 1º ANO

Antropologia e Sociologia do Desporto  
Anatomofisiologia Geral  
Desenvolvimento Motor  
Ética e Deontologia Profissional  
Jogos Motores  
Lazer, Atividade Física e Saúde  
Prevenção e Primeiros Socorros

S1

### 2º ANO

Biomecânica  
Dança  
Fisiologia do Exercício  
Opção 3 – Desportos Coletivos  
Opção 4 – Desportos Coletivos  
Psicologia Social e do Desenvolvimento

S3

### 3º ANO

Avaliação e Prescrição do Exercício  
Atividades de Academia  
Introdução à Prática Profissional  
Gerontomotricidade

S5

Atividade Física Adaptada  
Controlo Motor e Aprendizagem  
Metodologia da Investigação  
Opção 1 – Desportos Individuais  
Opção 2 – Desportos Individuais  
Pedagogia do Desporto

S2

Atividades Aquáticas  
Desportos de Ar Livre  
Organização e Gestão de Eventos  
Psicologia do Desporto  
Treino Desportivo  
Técnicas e Terapias em Saúde e Bem-Estar

S4

Estágio  
Projeto

S6

## MESTRADOS

### INTERVENÇÃO PARA UM ENVELHECIMENTO ATIVO

#### OBJETIVOS

Proporcionar conhecimentos e competências nas áreas-chave de promoção da vida ativa e do lazer, como meios de excelência para a saúde, bem-estar e qualidade de vida dos adultos e idosos;

No âmbito da promoção de competências técnicas profissionalizantes de nível avançado no âmbito do Envelhecimento Ativo/Qualidade de Vida, incidirá particularmente nas áreas de Turismo e Lazer, Atividades Motoras (Motricidade) e Estilos de Vida Saudável.

#### CONDIÇÕES DE ACESSO/DESTINATÁRIOS

Regime Presencial, com a duração de 3 semestres.

#### CONDIÇÕES DE ACESSO/DESTINATÁRIOS

Licenciados em Turismo, Educação Física e Desporto, Ciências da Saúde, Ciências da Educação ou Ciências Sociais/Serviço Social.

### DESPORTO E SAÚDE PARA CRIANÇAS E JOVENS

#### OBJETIVOS

Proporcionar uma sólida formação para aqueles que trabalham ou pretendem vir a trabalhar com a população infanto-juvenil, numa perspetiva de Saúde e/ou de Treino Desportivo.

Este ciclo de estudos permite enfatizar o trabalho com crianças e jovens, tendo em consideração o seu desenvolvimento físico e psicológico, seja numa perspetiva de saúde ou de rendimento desportivo.

#### CONDIÇÕES DE ACESSO/DESTINATÁRIOS

Regime b-Learning e Presencial, com a duração de 4 semestres.

#### CONDIÇÕES DE ACESSO/DESTINATÁRIOS

Licenciados em Desporto, Saúde e outras áreas afins.