

2º Ciclo \_ Mestrado

# Desporto, Educação e Literacia Física

Direção  
António Palmeira

Horário: Pós-Laboral\*  
2 anos | 120 ects

Início: 14 Outubro 2018 - 18.00h

\* possibilidade de intensivo  
para estrangeiros: Janeiro e Julho



faculdade  
de educação  
física  
e desporto



## Unidades Curriculares ECTS

### 1º Ano | Tronco Comum

#### 1º Semestre

Literacia Física - História, Bases Filosóficas e Pedagógicas	6
Educação, Desporto e Desenvolvimento Humano	5
Bases da Modificação Comportamental	6
Literacia Física e Desporto	5
Metodologia da Investigação	8

#### 2º Semestre

Avaliação e Prescrição das Actividades Físicas	4
Literacia Física e Saúde Pública	4
Literacia Física em Populações Especiais	4
Projecto de Investigação	4
Promoção da Literacia Física em Contexto Escolar	7
Promoção da Literacia Física em Contextos Desportivos e Comunitários	7

#### 2º Ano

Anual Dissertação	60
----------------------	----

Num momento em que a inactividade física atinge valores alarmantes e é considerada uma das maiores causas da perda de qualidade de vida, urge desenvolver a literacia física como factor de motivação, confiança, competência física, conhecimento e compreensão conducentes ao bem estar individual e colectivo.

#### Destinatários

Profissionais que actuam no sistema educativo (Professores, Directores, Psicólogos, etc.), no sistema desportivo (Treinadores, Dirigentes, etc.) e no sistema de Saúde (Psicólogos, Médicos, Enfermeiros, Fisioterapeutas, Nutricionistas, etc.), com enfoque principal nos que operam ou pretendem intervir no ensino básico e pré-escolar, constituem a população alvo deste mestrado.

#### Objectivo

A literacia física capacita para a prática de actividade física durante toda a vida. O Desporto, a Educação Física, o Fitness e a actividade física em geral promovem a literacia física, mas raramente o fazem de forma oordenada, coerente e consequente. O Mestrado em Desporto, Educação e Literacia Física procura proporcionar uma visão actual e integradora dos papéis de diversos actores, em diferentes contextos, sempre com o objectivo de potenciar a literacia física para o bem estar das pessoas.



Universidade Lusófona  
Campo Grande, 376  
1749 - 024 Lisboa  
Tel.: 217 515 500  
info@ulusofona.pt  
[www.ulusofona.pt](http://www.ulusofona.pt)