



# Escola Superior de Hotelaria e Turismo do Estoril

FICHA DE UNIDADE CURRICULAR - 2020-21

Unidade Curricular: [1000210] Turismo na Natureza e de Aventura

## 1. Ficha da Unidade Curricular

Ano Lectivo: 2020-21

Unidade Curricular: [1000210] Turismo na Natureza e de Aventura

### [9995] Gestão do Lazer e Animação Turística (pós-laboral)

Plano Curricular [3] Oficial 2020

Ramo [0] Tronco comum

Área Científica Turismo e Lazer,

Obrigatória/Opcional Sim

Ano Curricular 1

Período S2 - 2º Semestre

ECTS 6

Curso [9995] Gestão do Lazer e Animação Turística (pós-laboral)

Plano [3] Oficial 2020

Ramo [0] Tronco comum

### Horas Contacto

(TP) Teórico Prático 0072:00 Semanais

(OT) Orientação e tutorial 0018:00 Semanais

Horas dedicadas (Trabalho não acompanhado)

Total de horas de trabalho (Horas de contacto + horas dedicadas)

0060:00

0168:00

## 4. Docentes

### Docentes Responsáveis

Nome PAULO ALEXANDRE ALVES FIGUEIREDO

## 5. Objetivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes)

Atribuir competências de conceção, planeamento e gestão de atividades de animação turística no âmbito do turismo na natureza e aventura.

Dotar os alunos da capacidade de identificar, compreender e gerir as variáveis associadas à gestão de atividades (enquadramento técnico, equipamentos, espaços, praticantes e segurança).

Identificar os alunos com modelos de prática adequados aos vários contextos de Animação Turística, numa perspetiva técnica e de segurança dos praticantes e da organização.

Desenvolver competências na área do planeamento operacional e enquadramento de atividades de Tiro com Arco, Orientação, BTT, Escalada, Rapel, Canoagem, Windsurf, Surf, Stand Up Paddle, Acampamentos e Campos de Férias.

## 6. Learning Outcomes of the curricular unit

Develop skills in design, planning and management of touristic activities in the nature and adventure tourism.

Qualify the students with the ability to identify, understand and manage the variables associated with management of outdoor activities (technical support, equipment, spaces, participants and safety).

Identify the students with appropriate models of practice in the several contexts of Outdoor Recreation, in a technical standpoint and safety of the activities participants and the organization itself.

Develop skills and aptitudes that include operational planning and management of activities such as archery, orienteering, mountain bike, climbing, abseiling, canoeing, windsurf, surf, stand up paddle, camping and summer camps.

## 7. Conteúdos programáticos

A - Multiatividades de aventura

1. Conceção, planeamento e gestão de atividades de escalada, rapel, orientação, BTT e tiro com arco;

B - Atividades náuticas

1. Conceção, planeamento e gestão de atividades de windsurf, canoagem, surf e stand up paddle

C - Dinamização de acampamentos

1. Acampamentos

2. Campos de Férias

## 8. Syllabus

A ç Outdoor adventure land sports

1. Design, planning and management of activities of climbing and abseiling, orienteering, MTB and archery

B - Outdoor water activities

1. Design, planning and management of activities of windsurfing, Canoeing and Kayaking, Surf and stand up paddle

C ç Organization of leisure Camps

1. Camps

2. Summer Camps

### **9.Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objetivos de aprendizagem da unidade curricular**

Os conteúdos programáticos que constituem esta unidade curricular semestral enquadram-se numa estratégia de ensino-aprendizagem mais alargada e sequencial, que abrange um conjunto de disciplinas predominantemente práticas no âmbito da animação turística e o desporto de aventura, com uma forte componente experiencial.

Para se atingirem os objetivos, que passam pelo desenvolvimento das capacidades para os alunos planearem e implementarem atividades de animação desportiva, opta-se por uma abordagem em que os conteúdos abrangem um conjunto de atividades de aventura na natureza, de âmbito terrestre e aquático.

Deste modo os alunos conseguem a partir da soma das partes desenvolver atividades específicas e associá-las em programas de animação desportiva no âmbito do turismo na natureza.

### **10.Demonstration of the syllabus coherence with the curricula unit's learning objectives**

The program content of this curricular unit is included in a wider and sequential teaching-learning strategy, comprehending a large range of practical disciplines within the scope of outdoor recreation and adventure sports.

In order to achieve the objectives, comprising the development of student's ability to plan and manage activities to sports animation, the selected approach is to comprehend a large range of nature and adventure activities of the terrestrial and aquatic environments, supported in activities experience.

Therefore, the combination of topics covered enables students to develop specific activities or associate them in sports entertainment programmes concerning to the nature tourism.

### **11.Metodologias de ensino (avaliação incluída)**

A unidade curricular decorre segundo um modelo de aulas predominantemente práticas, visando a experimentação dos conteúdos abordados e aplicação dos mesmos aos colegas numa ótica de simulação de aplicação real. As aulas teórico-práticas integram alguns conteúdos teóricos de suporte às aulas práticas, complementadas com pequenos trabalhos de aplicação. O processo de avaliação é composto por um regime de avaliação contínua, baseado nos seguintes parâmetros de avaliação: a) assiduidade (10%); b) avaliação prática (módulo A + módulo B) (60%); c) 1 teste (30%). A aprovação em avaliação contínua implica a nota mínima de 9,5 valores na avaliação prática do módulo A e módulo B e 8 valores no teste. É necessário uma média final de 9,5 valores para dispensar o Exame Final, e uma frequência de 75% das aulas totais. O Exame Final tem uma prova escrita (60%) e uma prova prática (40%), com classificação mínima de 8 valores em cada prova. A nota mínima é de 9,5 valores.

### **12.Teaching methodologies (including evaluation)**

The curricular unit takes place according to a model of predominantly practical classes, aiming at experimenting with the contents and applying them to colleagues in a perspective of simulation of real practice.

The theoretical-practical classes integrate some theoretical content to support the practical classes, complemented with small application works. The evaluation process consists of a continuous evaluation regime, based on the following evaluation parameters: a) attendance (10%); b) practical assessment (module A + module B) (60%); c) 1 test (30%). To get approval in

continuous assessment implies a minimum score of 9.5 points in the practical evaluation of module A and module B and 8 points in the test. A final grade of 9.5 is required to skip with the Final Exam, and an attendance of 75% of the total classes is required.

The Final Exam has a written test (60%) and a practical test (40%), with a minimum grade of 8 values in each test. The minimum grade is 9.5 points.

### **13. Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objetivos da unidade**

Para os alunos desenvolverem competências de planeamento operacional e de enquadramento de atividades é adotada uma abordagem de ensino-aprendizagem eminentemente prática e de aplicação. Como medida de gestão do risco e prestar um acompanhamento constante à turma, estas apresentam um limite de 18 alunos.

As aulas decorrem em contexto real, ou seja em terreno de aventura, o que implica deslocações e uma logística complexa, optando-se por se concentrar as horas de aplicação em uma aula semanal com duração de 4 horas, recorrendo-se depois a tutorias para acompanhamento da planificação dos trabalhos de aplicação. A aprendizagem é complementada com um acampamento concentrado com duração de dois dias, no qual se realizam atividades de turismo ativo em contextos diferenciados.

As primeiras aulas iniciam-se com uma abordagem teórica e a exemplificação de técnicas, para depois os alunos em grupo as aplicarem.

### **14. Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes**

Development of student's competences in operational planning and outdoor adventure activities management is based in a teaching-learning strategy which contains a strong practical component of applications. In order to allow continuous tutoring of students and manage the risk, the classes have a maximum of eighteen students. The learning is complemented by a two-day camp, in which active tourism activities are carried out in a differentiated context

Since practical work takes place in outdoor environment (in adventure context), requiring travel and complex logistics, practical sessions have an application of four hours in one lesson per week. This is complemented by tutorial moments following the development of application papers.

First lessons are dedicated to practical information and demonstration of techniques to students, allowing the application in subsequent classes.

### **15. Bibliografia de consulta/existência obrigatória | Bibliography (Mandatory resources)**

Aires, A., Quinta-Nova, L., Santos, L., Pires, N., Costa, R., Ferreira, R. (2011), *Orientação & Desporto com pés e cabeça*. Federação Portuguesa de Orientação, Mafra.

Alpiarça, M. (2002), *BTT & A bicicleta todo-o-terreno*. Livros Horizonte, Lisboa.

American Canoe Association (2009), *Kayaking*. Champaign: Human Kinetics.

Haywod, K., Lewis, C. (2002), *Manual de Tiro Con Arco*. Ediciones Tutor, Madrid.

Hutchinson, D. (2004), *The Complete Book of Sea Kayaking*. Falcon Guides, Guilford.

Murcia, M. (2016), *Manual de escalada Libre*. Ediciones Desnivel, Madrid.

Nogueira, A. and Martins, R. (2004), *Prancha à Vela*. CEFD - IDP, Lisboa.

Schumann, R. and Shriner, J. (2007), Sea Kayak Rescue. Falcon Guides, Guilford.

Sidwells, C. (2003), Manual Completo de Bicicletas e Ciclismo. Edições Dorling Kindersley, Londres.

Silva, F., Sousa, J., Lopes, S., Lopes, J. (2000), Segurança em Atividades de Aventura - Manobras de cordas para transposição de obstáculos. CEFD-IDP, Lisboa.

## **16. Metodologias de ensino (inclui avaliação) em situação de possível transição para o ensino à distância ou sistema misto no âmbito da pandemia COVID19)**

No caso da necessidade da substituição temporária das atividades letivas presenciais, o modelo passa a contar com sessões síncronas e assíncronas via plataformas de comunicação adequadas (moodle, email, zoom, etc.), bem como a utilização de recursos das plataformas. No que respeita às atividades letivas presenciais práticas, e se estas não tiverem lugar, serão alargadas as aulas teóricas e as tarefas dos alunos, com sessões tutoriais regulares.

Considerando a situação de pandemia, e considerando a realização de aulas presenciais, os conteúdos terão que ser alterados devido à especificidade das atividades e a necessidade de garantir a segurança dos alunos, passando a integrar o seguinte:

### **A - Multiatividades de aventura (28 h)**

1. Conceção, planeamento e gestão de atividades de escalada, rapel, percursos pedestres, orientação, BTT e tiro com arco
  - Enquadramento das atividades
  - Equipamento e espaços de prática
  - Noções básicas das técnicas
  - Aspectos essenciais de segurança
  - Planeamento e enquadramento de atividades no âmbito da animação turística

### **B - Atividades náuticas (28 h)**

1. Conceção, planeamento e gestão de atividades de *bodyboard*, canoagem, *surf* e *stand up paddle (SUP)*.
  - Caracterização e gestão do equipamento
  - Aprendizagem / etapas de ensino
  - Promoção da prática
1. Planeamento, gestão e enquadramento de passeios em embarcações à vela

### **C - Planeamento e gestão de acampamentos, campos de férias e atividades multiaventura (14h)**

1. Enquadramento legal e caracterização
  - Variáveis associadas ao campismo
  - A vida num acampamento de jovens
  - O campismo como meio formativo
  - Regras associadas ao campismo
1. Campos de Férias:
  - Enquadramento legal e caracterização
  - Regras de segurança
  - Gestão de recursos
  - Gestão das variáveis associadas à dinamização de acampamentos e campos de férias

## 1. Programas de Atividades Multiaventura:

- Variáveis a considerar na criação de atividades multiaventura
- Planeamento de atividades multiaventura
- Gestão de recursos
- Gestão das variáveis associadas às atividades multiaventura

A avaliação contínua passará a ter os seguintes parâmetros:

### Assiduidade (10%)

A avaliação desta componente resulta de uma quantificação baseada na relação direta do nº total de presenças a partir do limite mínimo (0 = 75% de presenças; 20 = 100% presenças)

### Desempenho em avaliação contínua (60%)

- Dimensões práticas/ de aplicação de conhecimentos
  - Avaliação Prática (20 %): Desempenho e competências manifestadas nas atividades práticas individuais ou de grupo
  - 2 Trabalhos de grupo (20 %)
  - Mini testes (20 %)

### Frequência (50%)