



# **ANIMAÇÃO DESPORTIVA** *e Tempos Livres*

**PERSPECTIVAS DE ORGANIZAÇÃO**

**RUI LANÇA**

RD

TECA

52

COLEÇÃO DESPORTO E TEMPOS LIVRES | DIRIGIDA POR LUÍS HORTA

**CAMINHO**

# Índice

Introdução .....	11
1. Animação .....	13
1.1. O aparecimento da animação .....	13
2.2. A animação sociocultural .....	17
2. Actividades desportivas .....	21
2.1. A actividade desportiva e os tempos livres .....	21
2.2. A prática desportiva e a população .....	24
2.3. Benefícios da actividade física .....	29
2.4. Tipologia de práticas desportivas .....	34
3. O jogo e a criança .....	39
3.1. O jogo .....	39
3.2. A actividade física e a criança .....	42
4. A animação desportiva .....	47
4.1. Aspectos gerais da animação desportiva .....	47
4.2. Características da animação desportiva .....	49
4.3. O animador desportivo .....	54
4.3.1. O papel do animador .....	55
4.3.2. Formação .....	57
4.3.3. Relação com o participante .....	58
4.4. A instituição escolar, a animação e a prática desportiva .....	62
4.5. A animação desportiva e o «desporto para todos» .....	64

5. Organização de animações desportivas .....	67
5.1. Aspectos gerais de organização .....	67
5.2. Factores de organização da animação desportiva .....	69
5.2.1. Diagnóstico .....	71
5.2.2. Programação .....	76
5.2.3. Execução .....	79
5.2.4. Avaliação .....	81
6. Programas de animação desportiva .....	83
6.1. Tipologia de animações desportivas .....	83
6.1.1. Local .....	83
6.1.2. Incidência .....	87
6.1.3. Idade .....	89
6.2. Programas .....	98
6.2.1. Colónias ou campos desportivos .....	99
6.2.2. Animação desportiva nas escolas .....	103
6.2.3. Animação desportiva nas autarquias .....	105
6.2.4. Animação desportiva no turismo .....	107
6.2.5. Actividades na Natureza .....	108
6.2.6. Actividades esporádicas organizadas .....	112
Glossário .....	117
Índice remissivo .....	121
Bibliografia .....	125