

Curso de Treinadores de Atletismo de Grau I – Setúbal

Data: 23/04/2022 a 14/05/2022

Programa-Horário

23 DE ABRIL				
Horas	Tema	Sessão	Formador	Local
10:00 – 10:30	Abertura do Curso Novo modelo de Formação de Treinadores Perfil do Treinador de Grau I	Teórica	Fernando Tavares	Online
10:30 – 11:30	Ética e Valores no Desporto	Teórica	Fernando Tavares	Online
11:30 – 12:30	Promoção da Ética no Desporto	Teórica	Fernando Tavares	Online
Almoço				
14:00 – 15:00	Funcionamento do Corpo Humano	Teórica	Marta Onofre	Online
15:00 – 16:00	Prevenção de Lesões/Primeiros Socorros	Teórica	Marta Onofre	Online
Intervalo				
16:15 – 17:15	Prevenção de Lesões/Primeiros Socorros	Teórica	Marta Onofre	Online
17:15 – 19:15	Princípios Gerais e Controlos de Dopagem	Teórica	Marta Onofre	Online

24 DE ABRIL

Horas	Tema	Sessão	Formador	Local
9:30 – 11:00	Fundamentos do Processo de Treino	Teórica	Daniel Leandro	Online
Almoço				
14:00 – 15:30	Fundamentos do Processo de Treino	Teórica	Daniel Leandro	Online
Intervalo				
15:45 – 17:45	Princípios do Treino	Teórica	Daniel Leandro	Online

25 DE ABRIL

Horas	Tema	Sessão	Formador	Local
9:00 – 11:00	Introdução às capacidades ou qualidades motoras	Teórica	Daniel Leandro	A definir
11:15 – 13:15	Introdução às capacidades ou qualidades motoras	Teórica	Daniel Leandro	A definir
Almoço				
14:00 – 16:00	A unidade de treino	Prático	Daniel Leandro	A definir
Intervalo				
16:15 – 17:15	A unidade de treino	Prático	Daniel Leandro	A definir

27 DE ABRIL

Horas	Tema	Sessão	Formador	Local
21:00 – 23:00	Desporto Adaptado	Teórica	José Silva	Online

30 DE ABRIL

Horas	Tema	Sessão	Formador	Local
09:00 – 11:00	Pedagogia e Didática do Desporto	Teórica	António Rosado	Online
Intervalo				
11:15 – 12:15	Pedagogia e Didática do Desporto	Teórica	António Rosado	Online
Almoço				
14:00 – 16:00	Pedagogia e Didática do Desporto	Teórica	António Rosado	Online
Intervalo				
16:15 – 18:15	Pedagogia e Didática do Desporto	Teórica	António Rosado	Online

1 DE MAIO

Horas	Tema	Sessão	Formador	Local
9:00 – 11:00	Pedagogia e Didática do Desporto	Teórica	António Rosado	A definir
Intervalo				
11:15 – 13:15	Pedagogia e Didática do Desporto	Teórica	António Rosado	A definir
Almoço				
14:00 – 16:00	Pedagogia e Didática do Desporto	Teórica	António Rosado	A definir
16:15 – 18:15	Pedagogia e Didática do Desporto	Teórica	António Rosado	A definir

14 DE MAIO

Avaliações - Online