

Curso de Treinadores de Atletismo de Grau I – Castelo Branco

Data: 21/05/2022 a 18/06/2022

Programa-Horário

21 DE MAIO				
Horas	Tema	Sessão	Formador	Local
9:00 – 9:30	Abertura do Curso Novo modelo de Formação de Treinadores Perfil do Treinador de Grau I	Teórica	Fernando Tavares	Online
9:30 – 11:00	Fundamentos do Processo de Treino	Teórica	Daniel Leandro	Online
Intervalo				
11:15 – 12:45	Fundamentos do Processo de Treino	Teórica	Daniel Leandro	Online
Almoço				
14:00 – 16:00	Princípios do Treino	Teórica	Daniel Leandro	Online

22 DE MAIO

Horas	Tema	Sessão	Formador	Local
9:00 – 11:00	Introdução às capacidades ou qualidades motoras	Teórica	Daniel Leandro	Sede AA Castelo Branco*
Intervalo				
11:15 – 13:15	Introdução às capacidades ou qualidades motoras	Teórica	Daniel Leandro	Sede AA Castelo Branco*
Almoço				
14:00 – 16:00	A unidade de treino	Prática	Daniel Leandro	E.B. João Roiz (Pavilhão)**
Intervalo				
16:15 – 17:15	A unidade de treino	Prática	Daniel Leandro	E.B. João Roiz (Pavilhão)**

25 DE MAIO

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

*Sede Associação de Atletismo de Castelo Branco - Quintal S. Marcos, N°19-1º, 6000-146 Castelo Branco

**Escola Básica João Roiz - Av. Cidade de Zhuhai 167RC, 6000-077 Castelo Branco

10 DE JUNHO

Horas	Tema	Sessão	Formador	Local
9:00 – 10:00	Pedagogia e Didática do Desporto	Teórica	António Rosado	Online
10:00 – 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

11 DE JUNHO

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
Intervalo				
16:15 – 18:15	Pedagogia e Didática do Desporto	Teórica	António Rosado	A definir

12 DE JUNHO

Horas	Tema	Sessão	Formador	Local
09:00 – 10:00	Funcionamento do Corpo Humano	Teórica	Marta Onofre	Online
10:00 – 11:00	Prevenção de Lesões/Primeiros Socorros	Teórica	Marta Onofre	Online
Intervalo				
11:15 – 12:15	Prevenção de Lesões/Primeiros Socorros	Teórica	Marta Onofre	Online
12:15 – 13:15	Princípios Gerais e Controlos de Dopagem	Teórica	Marta Onofre	Online
Almoço				
15:00 – 16:00	Sensibilização e Educação em Antidopagem	Teórica	Marta Onofre	Online
Intervalo				
16:15 – 17:15	Ética e Valores no Desporto	Teórica	António Rosado	Online
17:15 – 18:15	Promoção da Ética no Desporto	Teórica	António Rosado	Online

18 DE JUNHO

	Local
Avaliações	Online