

IV Seminário de Treino da ATAP
Data(s): 21/10/2023
Carga horária: 6 horas
Local: Museu dos Biscainhos (Braga) e Online

Programa Horário

Horas	Tema	Formador
09:00 – 09:30	Cerimónia de Abertura “Mensagem do Presidente da FPA”	Jorge Vieira
09:30 – 10:00	Como dinamizar uma aula ou um treino de atletismo?	Paulo Barrigana
10:00 – 10:45	Dos multisaltos aos saltos	José Barros
11:00 – 11:30	Conceitos regulamentares básicos das várias disciplinas do atletismo	Filipe Antunes
11:30 – 12:15	Dos multilançamentos aos lançamentos	Bráulio Silva
12:15 – 14:00	Pausa para almoço	
14:00 – 14:30	A técnica de corrida e o trabalho com barreiras no desenvolvimento da motricidade de base do jovem	Rui Norte
14:30 – 15:00	Os fundamentos do movimento através do Kids Athletics	Rui Norte
15:00 – 15:45	Velocidade, barreiras e estafetas	Ramiro Rolim
17:30 – 18:00	Resistência (meio-fundo e fundo)	Carlos Monteiro
18:00 – 18:15	Marcha Atlética	Paulo Murta
18:15 – 18:45	Estratégias para motivar os professores de Educação Física a abordar o atletismo na escola e a ligação Escola-Clube (Mesa Redonda)	Gilberto Enes Pedro Oliveira Paulo Barrigana Moderador: Fonseca Antunes