

## Curso de Treinadores - grau I - MADEIRA

### PROGRAMA

#### Componente Geral

Dia	Horário	Local	Tema	Sessão
29/jun	Sex	Estádio C. Lobos	Abertura do Curso	Teórica
			Novo modelo de formação de Treinadores	
			Perfil do Treinador de Grau I	
29/jun	Sex	Estádio C. Lobos	<b>Luta contra a Dopagem</b>	Teórica
			<b>A Didática do Desporto</b>	Teórica
30/jun	Sáb	Estádio C. Lobos	<b>A Didática do Desporto</b>	Teórica
				Teórica
2/jul	Seg	Estádio C. Lobos	<b>Aprendizagem e Desenvolvimento Motor</b>	Teórica
			<b>Desporto para Pessoas com Deficiência</b>	Teórica
4/jul	Qua	Estádio C. Lobos	<b>Funcionamento do Corpo Humano, Nutrição e Primeiros Socorros</b>	Teórica
9/jul	Seg	Estádio C. Lobos	<b>Aprendizagem e Desenvolvimento Motor</b>	Teórica
		Estádio C. Lobos	<b>Psicologia do Desporto</b>	Teórica
11/jul	Qua	Estádio C. Lobos	<b>Pedagogia do Desporto</b>	Teórica
13/jul	Sex	Estádio C. Lobos	<b>Funcionamento do Corpo Humano, Nutrição e Primeiros Socorros</b>	Teórica
16/jul	Seg	Estádio C. Lobos	<b>Psicologia do Desporto</b>	Teórica
18/jul	Qua	Estádio C. Lobos	<b>Teoria e Metodologia do Treino Desportivo</b>	Teórica
23/jul	Seg	Estádio C. Lobos	<b>Observação e análise das habilidades desportivas</b>	Teórica
	Seg			Prática
25/jul	Qua	Estádio C. Lobos	<b>Teoria e Metodologia do Treino Desportivo</b>	Teórica
27/jul	Sex	Estádio C. Lobos	<b>Pedagogia do Desporto</b>	Teórica
28/jul	Sáb	10-13/15-19h	Estádio C. Lobos	<b>AVALIAÇÃO</b>

## Curso de Treinadores - grau I - MADEIRA

### PROGRAMA

#### Componente Específica

Dia	Horário	Local	Tema	Sessão
10/set	19h-20h	Estádio C. Lobos	O Modelo Técnico da Corrida de Velocidade	Teórica
	20h-21h		O Treino Técnico de Base com Jovens Atletas	Prática
	21h-22h		Introdução ao "Kids Athletics"	Teórica
12/set	19h-20h	Estádio C. Lobos	Introdução ao "Kids Athletics"	Prática
	20h-22h		Organização de um evento	Teórica 1
14/set	19h-20h	Estádio C. Lobos	O Desenvolvimento da Força com Jovens	Teórica
	20h-21h			Prática
	21h-22h		O Desenvolvimento da Resistência com Jovens	Teórica
15/set	9h30-10h30	Estádio C. Lobos	Organização de um evento	Teórica 2
	10h30-12h30			Prática
	14h-16h		Programação Anual do Treino Infanto-Juvenil	Teórica 3
	16h-18h		O Treino de Velocidade e Estafetas com Jovens	Prática
17/set	19h-21h	Estádio C. Lobos	A Iniciação às Barreiras	Prática 1
	21h-22h			Teórica
19/set	19h-21h	Estádio C. Lobos	Iniciação ao Salto em Altura	Prática
	21h-22h			Teórica
21/set	19h-20h	Estádio C. Lobos	Controlo e Avaliação do Treino	Teórica
	20h-21h		Iniciação ao Lançamento do Peso	Prática
	21h-22h			Teórica
22/set	9h30-11h30	Funchal (RG3)	Iniciação ao Lançamento do Peso	Prática
	11h30-12h30		Iniciação aos Lançamentos em Rotação	Prática
	14h-15h	Estádio C. Lobos	Iniciação à Marcha Atlética	Prática
	15h-16h			Teórica
16h-18h	Programação Anual do Treino Infanto-Juvenil	Prática		
24/set	19h-21h	Estádio C. Lobos	Iniciação ao Salto em Comprimento	Prática
	21h-22h			Teórica
26/set	19h-21h	Estádio C. Lobos	Iniciação ao Lançamento do Dardo	Prática
	21h-22h			Teórica
28/set	19h-20h	Estádio C. Lobos	Iniciação ao Salto com Vara	Prática
	20h-21h			A Iniciação às Barreiras
29/set	Sáb 10-13/15-19h	Estádio C. Lobos	<b>AVALIAÇÃO</b>	