

Curso de Treinadores - Nível I

PORTO - Setembro/Outubro de 2010

Data	Dia	Hora	Local	Tema	Matéria	Carga Horária	Prelector	
10-Set-10	6ª feira	21h00m	SALA	Abertura do Curso	Bloco 1	03h00m	1 Todos	
				Teste diagnóstico			Todos	
11-Set-10	Sábado	09h30m	SALA	Como ensinar bem Minibásquete	Bloco 1	03h30m	2	
				Desenvolvimento do jovem praticante	Formação Geral			
				Organização da Actividade do Treinador	Formação Geral			
		13h00m		Fim				
		14h30m	PAVILHÃO	O Ensino das Técnicas 1	Bloco 1	03h30m	3	
	O Ensino das Técnicas 2	Bloco 1		4				
		Fim						
12-Set-10	Domingo	9h30m	PAVILHÃO	O Ensino do Jogo 1	Bloco 1	03h00m	5	
				O Ensino do Jogo 2	Bloco 1		6	
				Fim				
		14h30m			O exemplo do Treinador	MFG 1	04h30m	
				Conceitos e Instrumentos de Trab.	Bloco 2	7		
				Saber comunicar com os jogadores	MFG 2	8		
				O jogador sem bola; Manejo de bola	Bloco 2	9		
				Fases de uma boa correcção	MFG 5			
				Lançamento 1	Bloco 2			
19h00m		Fim						
18-Set-10	Sábado	9h30m	PAVILHÃO	O treinador durante a sessão de treino	MFG 4	03h00m		
				Desmarcação ; Recepção e passe	Bloco 2		10	
				Registo dos dados da preparação	MFG 3			
		11h00m						
		11h15m			Drible	Bloco 2		11
		12h30m			Fim			
		14h30m			O que é um bom exercício	MFG 6	03h00m	
				Lançamento 2	Bloco 2	12		
				A competição : o significado dos resultados	MFG 7			
	1x1 na perspectiva do atacante em progressão	Bloco 3	13					
		Fim						
19-Set-10	Domingo	9h30m	PAVILHÃO	Vale a pena falar em espírito desportivo	MFG 9	03h00m		
				1x1 na perspectiva do atacante após.....	Bloco 3		14	
				Ensinar os jogadores a treinar	MFG opc. 3			
		11h00m			Etapas da construção do ataque - 1ª etapa	Bloco 4		15
		12h30m			Fim			
		14h30m			O treinador e os pais dos jogadores	MFG 8	03h00m	
				1x1 na perspectiva da defesa ao portador da bola	Bloco 3	16		
				Relacionamento do treinador c/ jog. mais jovens	MFG 10			
				Defesa ao jog. sem bola do lado da bola	Bloco 3	17		
		Fim						
24-Set-10	6ª feira	20h30	SALA	Ensinar e Aprender	Formação Geral	03h00m		
				Bases do Treino	Formação Geral			
		23h30			Fim			
25-Set-10	Sábado	9h30m	PAVILHÃO	O que é preciso para ser treinador	MFG opc. 1	03h00m		
				Defesa dos cortes e aclarados	Bloco 3		18	
				Os erros e a sua correção	MFG opc. 2			
				Defesa ao jog. sem bola do lado da ajuda	Bloco 3		19	
		12h30m			Fim			
		14h30m			A escolha dos jogadores para a equipa	MFG opc. 4	03h00m	
				Etapas de construção do ataque - 2ª etapa	Bloco 4	20		
				Pertencer a uma equipa	MFG opc. 5			
	Etapas de construção do ataque - 3ª etapa	Bloco 4	21					
		Fim						
26-Set-10	Domingo	09h30m	PAVILHÃO	Primeiros socorros numa lesão vulgar	MFG opc. 6	03h00m		
				Contra - Ataque	Bloco 4		22	
				A formação do treinador - uma atitude ...	MFG opc. 7			
		11h00m			Reposições de bola	Bloco 4		23
		12h30m			Fim			
		14h30m			Como dirigir um exercício	Bloco 4 FG	03h00m	1
				Sessão com jogadores	Bloco 4 FG	2		
		Fim						
03-Out-10	Domingo	09h30m	PAVILHÃO	Teste teórico		03h30m	Todos	
				Avaliação Prática			Todos	
		13h00m			Fim			