

# Curso de Treinadores - Nível I

PORTO - Fevereiro de 2010

Data	Dia	Hora	Local	Tema	Matéria	Carga Horária	Prelector
12-Fev-10	6ª feira	21h00m	SALA - Pav. Rota dos Móveis	Abertura do Curso	Bloco 1		1 Todos
				Teste diagnóstico			
13-Fev-10	Sábado	09h30m	SALA - Pav. Rota dos Móveis	Como ensinar bem Minibásquete	Bloco 1	03h30m	2 António Santos
				Desenvolvimento do jovem praticante	Formação Geral		António Santos
				Organização da Actividade do Treinador	Formação Geral		António Santos
		13h00m		Fim			
13-Fev-10	Sábado	14h30m	PAVILHÃO ROTA DOS MÓVEIS	O Ensino das Técnicas 1	Bloco 1	03h30m	3 António Santos
				O Ensino das Técnicas 2	Bloco 1		4 António Santos
		18h00m		Fim			
14-Fev-10	Domingo	9h30m	PAVILHÃO ROTA DOS MÓVEIS	O Ensino do Jogo 1	Bloco 1	03h00m	5 António Santos
		11h00m		O Ensino do Jogo 2	Bloco 1		6 António Santos
		12h30m		Fim			
		14h30m		O exemplo do Treinador	MFG 1	04h30m	Eugénio Rodrigues
		14h45m		Conceitos e Instrumentos de Trab.	Bloco 2		7 Eugénio Rodrigues
		15h30m		Saber comunicar com os jogadores	MFG 2		Eugénio Rodrigues
		15h45m		O jogador sem bola; Manejo de bola	Bloco 2		8 Eugénio Rodrigues
		16h30m		Fases de uma boa correcção	MFG 5		Eugénio Rodrigues
		17h45m		Lançamento 1	Bloco 2		9 Eugénio Rodrigues
		19h00m		Fim			
16-Fev-10	3ª feira	9h30m		SALA - Pav. Rota dos Móveis	Ensinar e Aprender	Formação Geral	03h00m
			Bases do Treino		Formação Geral	Rui Alves	
		12h30m	Fim				
16-Fev-10	3ª feira	14h30m	PAVILHÃO ES DANIEL FARIA - BALTAR	O treinador durante a sessão de treino	MFG 4	03h00m	Rui Alves
		14h45m		Desmarcação ; Recepção e passe	Bloco 2		10 Rui Alves
		16h00m		Registo dos dados da preparação	MFG 3		Rui Alves
		16h15m		Drible	Bloco 2		11 Rui Alves
		17h30m		Fim			
20-Fev-10	Sábado	9h30m	PAVILHÃO ES DANIEL FARIA - BALTAR	O que é um bom exercício	MFG 6	03h00m	Rui Alves
		9h45m		Lançamento 2	Bloco 2		12 Rui Alves
		11h00m		A competição : o significado dos resultados	MFG 7		Rui Alves
		11h15m		1x1 na perspectiva do atacante em progressão	Bloco 3		13 Rui Alves
		12h30m		Fim			
		14h30m		Vale a pena falar em espírito desportivo	MFG 9	03h00m	António Santos
		14h45m		1x1 na perspectiva do atacante após.....	Bloco 3		14 António Santos
		16h00m		Ensinar os jogadores a treinar	MFG opc. 3		António Santos
		16h15m		Etapas da construção do ataque - 1ª etapa	Bloco 4		15 António Santos
		17h30m		Fim			
21-Fev-10	Domingo	9h30m	PAVILHÃO ROTA DOS MÓVEIS	O treinador e os pais dos jogadores	MFG 8	03h00m	Rui Alves
		9h45m		1x1 na perspectiva da defesa ao portador da bola	Bloco 3		16 Rui Alves
		11h00m		Relacionamento do treinador c/ jog. mais jovens	MFG 10		Rui Alves
		11h15m		Defesa ao jog. sem bola do lado da bola	Bloco 3		17 Rui Alves
		12h30m		Fim			
		14h30m		O que é preciso para ser treinador	MFG opc. 1	03h00m	Eugénio Rodrigues
		14h45m		Defesa dos cortes e aclarados	Bloco 3		18 Eugénio Rodrigues
		16h00m		Os erros e a sua correção	MFG opc. 2		Eugénio Rodrigues
		16h15m		Defesa ao jog. sem bola do lado da ajuda	Bloco 3		19 Eugénio Rodrigues
		17h30m		Fim			
26-Fev-10	6ª feira	20h30m	PAVILHÃO ROTA DOS MÓVEIS	A escolha dos jogadores para a equipa	MFG opc. 4	03h00m	Rui Alves
				Etapas de construção do ataque - 2ª etapa	Bloco 4		20 Rui Alves
				Pertencer a uma equipa	MFG opc. 5		Rui Alves
		23h30m		Etapas de construção do ataque - 3ª etapa	Bloco 4		21 Rui Alves
			Fim				
27-Fev-10	Sábado	09h30m	PAVILHÃO ROTA DOS MÓVEIS	Primeiros socorros numa lesão vulgar	MFG opc. 6	03h00m	Eugénio Rodrigues
		09h45m		Contra - Ataque	Bloco 4		22 Eugénio Rodrigues
		11h00m		A formação do treinador - uma atitude ...	MFG opc. 7		Eugénio Rodrigues
		11h15m		Reposições de bola	Bloco 4		23 Eugénio Rodrigues
		12h30m		Fim			
		14h30m		Como dirigir um exercício	Bloco 4 FG	03h00m	1 Rui Alves
		16h00m		Sessão com jogadores	Bloco 4 FG		2 Rui Alves
		17h30m		Fim			
28-Fev-10	Domingo	09h30m	PAVILHÃO ROTA DOS MÓVEIS	Teste teórico		03h30m	Todos
		10h30m		Avaliação Prática			Todos
		13h00m		Fim			
Actualizado em 22.01.2010							