

Curso de Treinadores de Grau 1

Carnaval-2010

DIA	UNIDADE	FORMADOR	Nº HORAS	MANHÃ	TARDE	NOITE	LOCAL
13/2-Sábado	Recepção, entrega e Abertura Curso	Director Curso	1 hora	9.00/10.00			ESECS
13/2-Sábado	Noções Básicas Pedagogia do Desporto		5 horas	10.00/13.00	14.30 / 16.30		ESECS
13/2-Sábado	Observação Comport. no Tr. e Competição		3 horas		16.30 / 19.30		ESECS
13/2-Sábado	Noções Básicas de Fisiologia		2 horas			21.00/23.00	ESECS
14/2-Domingo	TR/TU/G. Acrobática -Técnica		8/40 horas	9.00/13.00	14.30/18.30		Pav. Silvas
14/2-Domingo	Noções Básicas de Anatomia		2 horas			20.00/22.00	ESECS
15/2-Segunda	TR/TU/G. Acrobática -Técnica		8/40 horas	9.00/13.00	14.30/18.30		Pav. Silvas
15/2-Segunda	Desenvolvimento Motor		2 horas			20.00/22.00	ESECS
16/2-Terça	TR/TU/G. Acrobática -Técnica		8/40 horas	9.00/13.00	14.30/18.30		Pav. Silvas
16/2-Terça	Higiene Prevenção e Primeiros Socorros		3 horas			20.00/23.00	ESECS
17/2-Quarta	TR/TU/G. Acrobática -Técnica		8/40 horas	9.00/13.00	14.30/18.30		Pav. Silvas
20/2- Sábado	Metodologia Preparação Crianças e Jovens		3 horas	9.00/12.00			ESECS
20/2- Sábado	Desenvolvimento das Técnicas		2 horas	12.00/13.00	14.30/15.00		ESECS
20/2- Sábado	Meios Informáticos de Apoio ao Treino		2 horas		15.30/17.30		ESECS
20/2- Sábado	Nutrição		2 horas		17.30/19.30		ESECS
20/2- Sábado	Regras e Ajuizamento		3 horas				ESECS
21/2- Domingo	TR/TU/G. Acrobática -Técnica		4/40 horas	9.00 / 13.00			Pav. Silvas
21/2- Domingo	Opção (Tr+Tu+GA) (Barras)		4 horas		14.30/18.30		Pav. Silvas
27/2- Sábado	Métodos de Treino		4 horas	9.00 / 13.00			ESECS
27/2- Sábado	Psicologia do Desporto		5 horas		14.30/19.30		ESECS
27/2- Sábado	Enquadramento Institucional		1 hora			20.30/ 21.30	ESECS
27/2- Sábado	Leis do Trabalho		1 hora			21.30/ 22.30	ESECS
13/3- Sábado	Avaliação Componente Teórica	Director Curso	4 horas	9.30 / 13.30			ESECS
13/3- Sábado	TR/TU/G. Acrobática – Exame Prática		4 horas		15.00 / 19.00		Pav. Silvas