



Curso de Treinadores de Atletismo de Grau II – Porto

Programa Provisório

12/10/2019				
Horário	Tema	Sessão	Formador	Local
09:00 – 09:30	Abertura do Curso Novo modelo de formação de Treinadores Perfil do Treinador de Grau I	Teórica	Fernando Tavares	Porto (a definir)
09:30 – 11:00	Pedagogia do Desporto	Teórica		
Intervalo				
11:15 – 13:15	Pedagogia do Desporto	Teórica	Fernando Tavares	Porto (a definir)
Almoço				
15:00 – 16:00	Pedagogia do Desporto	Teórica	Fernando Tavares	Porto (a definir)
16:15 – 18:15	Pedagogia do Desporto	Teórica		
	Pedagogia do Desporto - E-learning (4,5hs até 31 maio 2019)	Teórica	Fernando Tavares	Plataforma Moodle FPA-CpC

13/10/2019				
Horário	Tema	Sessão	Formador	Local
09:00 – 11:00	Desporto Adaptado	Teórica	Fernando Tavares	Porto (a definir)
Intervalo				
11:15 – 13:15	Ética e Deontologia Profissional	Teórica	Fernando Tavares	Porto (a definir)
Almoço				
14:30 – 16:30	Biomecânica do Desporto	Teórica	Paulo Oliveira	Porto (a definir)
Intervalo				
16:45 – 18:45	Biomecânica do Desporto	Teórica	Paulo Oliveira	Porto (a definir)
	Biomecânica do Desporto - E-learning (2hs até 31 maio 2019)	Teórica	Paulo Oliveira	Plataforma Moodle FPA-CpC

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES



PARCEIROS TÉCNICOS





FEDERAÇÃO
PORTUGUESA
ATLETISMO

Largo da Lagoa, 15 B
2799-538 Linda-A-Velha
PORTUGAL

(+351) 214 146 020
www.fpatletismo.pt

@fpatletismo

19/10/2019

Horário	Tema	Sessão	Formador	Local
09:00 – 11:00	Psicologia do Desporto	Teórica	Ricardo Pires	Porto (a definir)
Intervalo				
11:30– 13:00	Psicologia do Desporto	Teórica	Ricardo Pires	Porto (a definir)
Almoço				
15:00 – 16:30	Psicologia do Desporto	Teórica	Ricardo Pires	Porto (a definir)
Intervalo				
16:45 – 17:45	Psicologia do Desporto	Teórica	Ricardo Pires	Porto (a definir)
	Psicologia do Desporto - E-learning (2hs até 31 maio 2019)	Teórica	Ricardo Pires	Plataforma Moodle FPA-CpC

20/10/2019

Horário	Tema	Sessão	Formador	Local
09:00 – 11:00	Nutrição, Treino e Competição	Teórica	Marta Onofre	Porto (a definir)
Intervalo				
11:15 – 13:15	Luta contra a Dopagem	Teórica	Marta Onofre	Porto (a definir)
Almoço				
14.30 – 16:30	Traumatologia do Desporto	Teórica	Marta Onofre	Porto (a definir)
Intervalo				
16:45 – 18:45	Traumatologia do Desporto	Teórica	Marta Onofre	Porto (a definir)
	Nutrição, Treino e Competição - E-learning (2hs até 31 maio 2019)	Teórica		Plataforma Moodle FPA-CpC
	Luta contra a Dopagem - E-learning (1hs até 31 maio 2019)	Teórica		

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES



PARCEIROS TÉCNICOS





FEDERAÇÃO
PORTUGUESA
ATLETISMO

Largo da Lagoa, 15 B
2799-538 Linda-A-Velha
PORTUGAL

(+351) 214 146 020
www.fpatletismo.pt

    @fpatletismo

02/11/2019				
Horário	Tema	Sessão	Formador	Local
09:00 – 11:00	Fisiologia do Exercício	Teórica	Marta Onofre	Porto (a definir)
Intervalo				
11:15 – 13:15	Fisiologia do Exercício	Teórica	Marta Onofre	Porto (a definir)
Almoço				
15:00 – 16:00	Fisiologia do Exercício	Teórica	Marta Onofre	Porto (a definir)
Intervalo				
16:30 – 18:30	Teoria e metodologia do treino desportivo (Mod. Individuais)	Teórico-prática	Rui Norte	Porto (a definir)
	Fisiologia do Exercício - E-learning (3hs até 15 junho 2019)	Teórica	Marta Onofre	Plataforma Moodle FPA-CpC

03/11/2019				
Horário	Tema	Sessão	Formador	Local
09:00 – 10:30	Teoria e metodologia do treino desportivo (Mod. Individuais)	Teórico-Prática	Rui Norte	Porto (a definir)
Intervalo				
10:45 – 13:15	Teoria e metodologia do treino desportivo (Mod. Individuais)	Teórico-Prática	Rui Norte	Porto (a definir)
Almoço				
15:00 – 16:30	Teoria e metodologia do treino desportivo (Mod. Individuais)	Teórica	Rui Norte	Porto (a definir)
Intervalo				
16:45 – 18:15	Teoria e metodologia do treino desportivo (Mod. Individuais)	Teórica	Rui Norte	Porto (a definir)
	TMTD - E-learning (7hs até 15 junho 2019)	Teórica		Plataforma Moodle FPA-CpC

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES



PARCEIROS TÉCNICOS





FEDERAÇÃO
PORTUGUESA
ATLETISMO

Largo da Lagoa, 15 B
2799-538 Linda-A-Velha
PORTUGAL

(+351) 214 146 020
www.fpatletismo.pt

    @fpatletismo

09/11/2019				
Horário	Tema	Sessão	Formador	Local
09:00 – 11:00	Avaliação da Formação Geral	Teórica	Filipe Silva	Porto (a definir)
Intervalo				
11:30 – 13:00	Avaliação da Formação Geral	Teórica	Filipe Silva	Porto (a definir)
Almoço				
15:00 – 16:30	Avaliação da Formação Geral	Teórica	Filipe Silva	Porto (a definir)
Intervalo				
16:45 – 17:45	Avaliação da Formação Geral	Teórica	Filipe Silva	Porto (a definir)

16/11/2019				
Horário	Tema	Sessão	Formador	Local
09:00 – 11:00	O Treino da Velocidade e Estafetas	Teorico-prática	João Abrantes	Porto (a definir)
Intervalo				
11:15 – 13:15	O Treino da Velocidade e Estafetas	Teorico-prática	João Abrantes	Porto (a definir)
Almoço				
14:45 – 16:15	O Treino da Velocidade e Estafetas	Teorico-prática	João Abrantes	Porto (a definir)
Intervalo				
16:45 – 18:15	O Treino da Velocidade e Estafetas	Teorico-prática	João Abrantes	Porto (a definir)

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES



PARCEIROS TÉCNICOS





FEDERAÇÃO
PORTUGUESA
ATLETISMO

Largo da Lagoa, 15 B
2799-538 Linda-A-Velha
PORTUGAL

(+351) 214 146 020
www.fpatletismo.pt

[f](#) [i](#) [t](#) [s](#) @fpatletismo

17/11/2019

Horário	Tema	Sessão	Formador	Local
09:00 – 11:00	Treino do Meio fundo e Fundo	Teórico-Prática	António Graça	Porto (a definir)
Intervalo				
11:15 – 13:15	Treino do Meio fundo e Fundo	Teórico-Prática	António Graça	Porto (a definir)
Almoço				
14:45 – 16:15	O Treino da Marcha Atlética	Teórico-Prática	Carlos Carmino	Porto (a definir)
Intervalo				
16:45 – 18:15	O Treino da Marcha Atlética	Teórico-Prática	Carlos Carmino	Porto (a definir)

23/11/2019

Horário	Tema	Sessão	Formador	Local
09:00 – 11:00	Treino dos Lançamentos	Teórico-Prática	Paulo Reis	Porto (a definir)
Intervalo				
11:15 – 13:15	Treino dos Lançamentos	Teórico-Prática	Paulo Reis	Porto (a definir)
Almoço				
15:00 – 16:30	Treino dos Lançamentos	Teórico-Prática	Paulo Reis	Porto (a definir)
Intervalo				
16:45 – 18:15	Treino dos Lançamentos	Teórico-Prática	Paulo Reis	Porto (a definir)

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES



PARCEIROS TÉCNICOS





FEDERAÇÃO
PORTUGUESA
ATLETISMO

Largo da Lagoa, 15 B
2799-538 Linda-A-Velha
PORTUGAL

(+351) 214 146 020
www.fpatletismo.pt

    @fpatletismo

24/11/2019				
Horário	Tema	Sessão	Formador	Local
09:00 – 11:00	Treino dos Lançamentos	Teorico-prática	Paulo Reis	Porto (a definir)
Intervalo				
11:15 – 13:15	Treino dos Lançamentos	Teorico-prática	Paulo Reis	Porto (a definir)
Almoço				
15:00 – 16:30	Treino dos Lançamentos	Teorico-prática	Paulo Reis	Porto (a definir)
Intervalo				
16:45 – 18:15	Treino dos Lançamentos	Teorico-prática	Paulo Reis	Porto (a definir)

30/11/2019				
Horário	Tema	Sessão	Formador	Local
09:00 – 11:00	Treino dos Saltos	Teorico-prática	Pedro Pinto	Porto (a definir)
Intervalo				
11:15 – 13:15	Treino dos Saltos	Teorico-prática	Pedro Pinto	Porto (a definir)
Almoço				
15:00 – 16:30	Treino dos Saltos	Teorico-prática	Pedro Pinto	Porto (a definir)
Intervalo				
16:45 – 18:15	Treino dos Saltos	Teorico-prática	Pedro Pinto	Porto (a definir)

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES



PARCEIROS TÉCNICOS





FEDERAÇÃO
PORTUGUESA
ATLETISMO

Largo da Lagoa, 15 B
2799-538 Linda-A-Velha
PORTUGAL

(+351) 214 146 020
www.fpatletismo.pt

    @fpatletismo

01/12/2019				
Horário	Tema	Sessão	Formador	Local
09:00 – 11:00	Treino dos Saltos	Teorico-prática	Pedro Pinto	Porto (a definir)
Intervalo				
11:15 – 13:15	Treino dos Saltos	Teorico-prática	Pedro Pinto	Porto (a definir)
Almoço				
15:00 – 16:30	Treino dos Saltos	Teorico-prática	Pedro Pinto	Porto (a definir)
Intervalo				
16:45 – 18:15	Treino dos Saltos	Teorico-prática	Pedro Pinto	Porto (a definir)

07/12/2019				
Horário	Tema	Sessão	Formador	Local
09:00 – 11:00	Treino da Condição Física no Atletismo	Teorico-prática	Rui Norte	Porto (a definir)
Intervalo				
11:15 – 13:15	Treino da Condição Física no Atletismo	Teorico-prática	Rui Norte	Porto (a definir)
Almoço				
14:30 – 16:30	Treino da Condição Física no Atletismo	Teorico-prática	Rui Norte	Porto (a definir)
Intervalo				
17:00 – 18:00	Treino da Condição Física no Atletismo	Teorico-prática	Rui Norte	Porto (a definir)
18:00 – 19:00	Planeamento do Treino no Atletismo	Teorico-prática		Porto (a definir)
19:00 – 20:00	Planeamento do Treino no Atletismo	Teorico-prática		Porto (a definir)

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES



PARCEIROS TÉCNICOS





FEDERAÇÃO
PORTUGUESA
ATLETISMO

Largo da Lagoa, 15 B
2799-538 Linda-A-Velha
PORTUGAL

(+351) 214 146 020
www.fpatletismo.pt

    @fpatletismo

08/12/2019				
Horário	Tema	Sessão	Formador	Local
09:00 – 11:00	O Treino das Barreiras	Teorico-prática	Rui Norte	Porto (a definir)
Intervalo				
11:15 – 13:15	O Treino das Barreiras	Teorico-prática	Rui Norte	Porto (a definir)
Almoço				
14:30 – 16:30	O Treino das Barreiras	Teorico-prática	Rui Norte	Porto (a definir)
Intervalo				
17:00 – 19:00	O Treino das Barreiras	Teorico-prática	Rui Norte	Porto (a definir)

14/12/2019				
Horário	Tema	Sessão	Formador	Local
09:00 – 11:00	Avaliação da Formação Específica	Teórica	Filipe Silva	Porto (a definir)
Intervalo				
11:15 – 13:15	Avaliação da Formação Específica	Teórica	Filipe Silva	Porto (a definir)
Almoço				
15:00 – 16:30	Avaliação Prática	Prática	A designar	Porto (a definir)
Intervalo				
16:45 – 18:15	Avaliação Prática	Prática	A designar	Porto (a definir)

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES



PARCEIROS TÉCNICOS





FEDERAÇÃO
PORTUGUESA
ATLETISMO

Largo da Lagoa, 15 B
2799-538 Linda-A-Velha
PORTUGAL

(+351) 214 146 020
www.fpatletismo.pt

    @fpatletismo

15/12/2019

Horário	Tema	Sessão	Formador	Local
09:00 – 11:00	Avaliação Prática	Prática	A designar	Porto (a definir)
Intervalo				
11:15 – 13:15	Avaliação Prática	Prática	A designar	Porto (a definir)
Almoço				
15:00 – 16:30	Avaliação Prática	Prática	A designar	Porto (a definir)
Intervalo				
16:45 – 18:15	Avaliação Prática	Prática	A designar	Porto (a definir)

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES



PARCEIROS TÉCNICOS

