

PROGRAMA DA FORMAÇÃO CONTÍNUA

DIA 17 DEZEMBRO DE 2022

8:30	Abertura e recepção dos participantes	Auditório Garcia de Orta
9:00	Início do MÓDULO 1 - Ser treinador no Sec. XXI Os conceitos de ética e deontologia profissional no Voleibol Reflexões acerca de liderança	Auditório Garcia de Orta
10:00	O treinador “criador de condições”... aquele que sabe motivar O treinador que quer “promover, provocar e emancipar” os seus jogadores Estratégias de intervenção do treinador em diferentes contextos	Auditório Garcia de Orta
13:00	Final do módulo1	Auditório Garcia de Orta

DIA 18 DE DEZEMBRO DE 2022

8:30	Início do MÓDULO 2 – O preparar da unidade de treino Composição do micro ciclos de trabalho Constituição e distribuição de responsabilidades na equipa técnica Caracterização das diversas unidades de treino tipo	Auditório/Pav. Garcia de Orta
9:30	A prática do treinador fora do terreno de jogo, o preparar da unidade de treino Estrutura da unidade de treino – Parte inicial; fundamental e final Elabora e apresentar uma das unidades treino tipo	Pav. Garcia de Orta
10:30 11:30	Implementar a unidade de treino na prática	Pav. Garcia de Orta

11:30	Início do MÓDULO 3 – o treinador na prática de treino A selecção de jogadores por posto específico O exemplo do jogador distribuidor	Auditório/Pav. Garcia de Orta
12:30	Hábitos e cultura de treino Densidade de treino – Ritmo, intensidade e volume	Pav. Garcia de Orta
13:30	Treinar com números de jogo Treino de jogo VS jogo de treino	Pav. Garcia de Orta
14:30	Final da acção de formação	Pav. Garcia de Orta