

Calendarização e Conteúdos da Ação de Formação

Treinador de Grau 1

Leiria 2017

Dias	12 Mai	13 Mai	14 Mai	21 Mai	27 Mai	3 Jun
Horas/Dia	3:00h	7:30h	7:30h	8:00h	7:00h	7:00h
Temas	1,2	3,6,7	4	9	9,8	10,11
Horário		09:30h	9:30h	9:30h	9:30h	9:30h
		12:30h	12:30h	12:30h	12:30h	12:30h
	Almoço					
		19:00h	14:00h	14:00h	14:00h	14:00h
		22:00h	18:30h	18:30h	19:00h	18:00h

Temas	Carga	Programa
1	1:30h	História do xadrez
2	1:30h	Regras do jogo de competição
3	4:30h	Técnicas de xeque-Mate
4	7:30h	Finais essenciais
5		Psicologia do Desporto
6	1:30h	Pedagogia do Desporto
7	1:30h	Aberturas
8	4:30h	Meio-Jogo
9	10.30h	Metodologia do Ensino
10	5:00h	Técnicas de Treino no Clube
11	2:00h	Organização de Torneios
12	1:00h	Luta contra a Dopagem
13	1:00h	Desporto para Pessoas com Deficiência
14	1:00h	Participação no Desporto de Competição: Desporto Escolar e Federado

António Bravo; Paulo Costa;