

CALENDARIZAÇÃO POR UNIDADE DE FORMAÇÃO

COMPONENTE ESPECÍFICA - 74h	Total	Dia	Hora
A1 - ENQUADRAMENTO INICIAL	12		
1.1. O JOGO DE ANDEBOL SÉNIOR E DE FORMAÇÃO	2	30.03	21h-23h
1.2. DESENVOLVIMENTO DESPORTIVO DO PRATICANTE LONGO PRAZO	3	08.04	20h-23h
1.3. SER TREINADOR	3	01.04	20h-23h
1.4. O TREINO	3	06.04	20h-23h
A2 - PLANEAMENTO	14		
2.1. FUNDAMENTOS DO PROCESSO DE TREINO APLICADOS AO ANDEBOL	3	13.04	20h-23h
2.2. O TREINO DESPORTIVO COMO PROCESSO DE ENSINO-APRENDIZAGEM	2	20.04	21h-23h
2.3. EXERCÍCIOS E JOGOS	2	11.05	21h-23h
	3	16.05	10h-13h
2.4. PRINCÍPIOS DO TREINO APLICADOS AO ANDEBOL	2	22.04	20h-22h
2.5. CONTROLO DO PROCESSO DE PREPARAÇÃO	2	27.04	21h-23h
A3 - COMPONENTES DO JOGO	11		
3.1. FASES DO JOGO	2	29.04	20h-21h
		30.06	9h-10h
3.2. TÉCNICA E TÁTICA INDIVIDUAL	3	29.04	21h-23h
		30.06	10h-11h
3.3. TÁTICA GRUPAL	3	04.05	21h-23h
		30.06	11h-12h
3.4. GUARDA-REDES	3	06.05	21h-23h
		30.06	12h-13h
A4 - MÉTODOS E SISTEMAS DE JOGO	6		
4.1. TÁTICA COLETIVA OFENSIVA	3	18.05	21h-23h
		30.06	14h-15h
4.2. TÁTICA COLETIVA DEFENSIVA	3	20.05	21h-23h
		30.06	15h-16h
A5 - ÁREA CONDICIONAL	5		
5.1. TRABALHO CONDICIONAL E COORDENATIVO NOS ESCALÕES DE INICIAÇÃO	5	13.05	21h-23h
		16.05	14h-16h
A6 - ÁREA PSICOLOGIA E PEDAGOGIA	10		
6.1. ASPETOS MENTAIS, EMOCIONAIS	2	08.05	20h-22h
		09.05	20h-22h
6.2. PEGAGOGIA E DIDÁTICA APLICADAS AO ANDEBOL	6	13.05	10h-13h
6.3. DINÂMICAS DE GRUPO	1	08.05	22h-23h
6.4. COACHING	1	09.05	22h-23h
A7 - ÁREA DO CONHECIMENTO TEÓRICO	8		
7.1. REGRAS DE JOGO E EVOLUÇÃO HISTÓRICA	2	20.07	21h-23h
7.2. TERMINOLOGIA E SIMBOLOGIA DO ANDEBOL	1	23.07	21h-22h
7.3. NUTRIÇÃO E REPOUSO APLICADO ÀS ETAPAS INICIAIS	1	20.07	20h-21h
7.4. FORMAÇÃO CONTÍNUA	1	22.04	22h-23h
7.5. ORGANIZAÇÃO DE UM FESTAND	2	22.07	21h-23h
7.6. ARTICULAÇÃO ESCOLA/CLUBE	1	23.07	22h-23h
A8 - ANDEBOL ADAPTADO	4		
8.1. CARACTERIZAÇÃO GERAL DO JOGO DE ANDEBOL ADAPTADO	0,5	24/08	21h-22h
8.2. REGRAS E FILOSOFIA DO JOGO	3,5	24/08	22h-23h
		29/08	9h-11h
A9 - ANDEBOL DE PRAIA	4		
9.1 ESTRUTURAÇÃO DO ANDEBOL DE PRAIA NACIONAL E INTERNACIONAL	0,5	26/08	21h-22h
9.2 REGRAS E FILOSOFIA DO JOGO	3,5	26/08	22h-23h
		29/08	11h-13h
Total Componente específica	74		

COMPONENTE GERAL - 9h	Total	Dia	Hora
3. FUNCIONAMENTO DO CORPO HUMANO, 1ºS SOCORROS E ANTIDOPAGEM	5		
3.1. FUNCIONAMENTO DO CORPO HUMANO		11.03	20h-21h
3.2. PREVENÇÃO DE LESÕES/1ºS SOCORROS		11.03	21h-23h
3.3. PRINCÍPIOS GERAIS E CONTROLOS DE DOPAGEM		18.03	20h-21h
3.4. SENSIBILIZAÇÃO E EDUCAÇÃO EM ANTIDOPAGEM		18.03	21h-22h
4. DESPORTO ADAPTADO	2		
4.1. O DIREITO AO DESPORTO DAS PESSOAS COM DEFICIÊNCIA/INCAPACIDADES		23.03	21h-21h20
4.2. COMPETÊNCIAS MOTORAS FUNDAMENTAIS		23.03	21h20-22h
4.3. ADAPTAÇÃO		23.03	22h-22h20
4.4. JOGOS ADAPTADOS E INCLUSIVOS		23.03	22h20-23h
5. ÉTICA NO DESPORTO	2		
5.1. ÉTICA E VALORES NO DESPORTO		16.03	20h-21h
5.2. PROMOÇÃO DA ÉTICA NO DESPORTO		16.03	21h-22h
Total Componente geral	9		