

Iniciação ao Remo Indoor Adaptado - Formação de Técnicos

Local e data: Torres Vedras, 06 de Junho de 2018.

Horário: Entre as 14h00 e as 17h00.

Destinatários: Técnicos de instituições que trabalhem com jovens e adultos portadores de deficiência física e intelectual que queiram iniciar/acompanhar programas de Remo Adaptado.

Treinadores de Remo: Grau I/II/III/IV.

Plano Curricular:

	ÁREAS CURRICULARES	UNIDADE CURRICULAR	CARGA HORÁRIA
			ESTAGIÁRIO N1
FORMAÇÃO GERAL	Treinador	Posicionamento e Relacionamento	0h15
		Estratégias de Intervenção/Feedback	0h15
	Liderança e Motivação	Relacionamento Interpessoal atleta/treinador Promoção do convívio entre agentes. Dinâmicas de grupo	0h15
	Saúde	Melhoria das Capacidades Físicas/Motoras/Superação	0h15
	TOTAL FORMAÇÃO GERAL		1h00
FORMAÇÃO ESPECÍFICA	Contextualização	História da Modalidade	0h10
	Regras/Princípios	Regulamentos (Geral)	0h20
		Princípios/Regulamentos Específicos	
	Material	Manuseamento	0h20
		Adaptação do material à condição física	
		Cuidados de manutenção	
	Técnica de Remo	Sequência/Ritmo/Velocidade	0h30
	Componente Física	Anatomia do Remo	0h20
		Fisiologia do Remo e Especificidade - Remo Adaptado	
		Planeamento de treino	
Componente Lúdica	Registo de Capacidades/Metas/Superação	0h20	
	Construção de Competições/Desafios		
	TOTAL FORMAÇÃO ESPECÍFICA		2h00
	TOTAL HORAS FORMAÇÃO		3h00

Custo: Gratuito.

Responsável da Formação: Manuel Pita

Inscrições: As inscrições deverão ser enviadas para o e-mail da F.P.Remo (geral@fpremo.pt) em formulário próprio (disponível em: <http://fpremo.pt/formacao-calendario>) até ao dia 31 de Maio de 2018.