

WORKSHOP: PLANEAMENTO DO TREINO E MODELOS DE JOGO (JUL 2016) - LISBOA

Qual a importância dos modelos de jogo e do planeamento do treino para um treinador? Neste Workshop com Pedro Bouças poderá debater estes conceitos, bem como clarificar as suas dúvidas e ter acesso a conhecimentos que o farão evoluir enquanto treinador!



FORMADOR

PEDRO BOUÇAS

Licenciado em Educação Física e Desporto, com especialização em Futebol pela Universidade Lusófona, Pedro Bouças foi durante vários anos treinador principal do Clube Futebol Benfica – equipa de futebol feminino – onde colecionou títulos, nomeadamente o de campeão nacional e vencedor da Taça e Supertaça de Portugal de Futebol Feminino.

DATA DE INÍCIO / FIM 16-07-2016 / 16-07-2016

HORARIO Tarde - 14:00 às 17:00

INVESTIMENTO

LOCALIZAÇÃO Hotel 3k Europa



PORQUÊ ESTE WORKSHOP?

- **Debata e adquira conhecimentos** junto de profissionais de diferentes contextos que partilham o mesmo interesse pelo **Futebol**
- Atualize-se quanto aos diversos **tipos de treino e modelos de jogo** a utilizar
- Beneficie da **experiência de um treinador nacional** com inúmeras conquistas na sua área

OBJETIVOS

Objetivos gerais: No final deste Workshop o formando deverá reconhecer diferentes modelos de jogo e opções de planeamento, garantindo um melhor conhecimento do jogo de futebol em si.

Objetivos específicos:

- Compreender e desenvolver o processo de treino a um nível macro e micro
- Teorizar e sistematizar ideias para organização do jogo de Futebol
- Associar o modelo de jogo ao planeamento do treino e perceber a importância da interação destes conceitos
- Ser capaz de operacionalizar em campo a teoria através de exercícios práticos



PROGRAMA

- O que modelar no jogar?

- Decisões quanto ao modelo de jogo
- As várias possibilidades da criação do jogar
- Decisões a tomar nas ideias de jogo em cada um dos momentos de jogo
- Exemplo do jogar do campeão nacional de futebol feminino

- Opções de planeamento

- Plano anual - Macroциclo, Mesociclo e Microциclo
- Operacionalização da Unidade de Treino
- Opções relativas aos exercícios adotados em função do modelo de jogo
- Exemplo de algumas unidades de treino típicas do Campeão Nacional de Futebol Feminino, dentro de um microциclo

- Debate

O QUE INCLUI A INSCRIÇÃO?

- 3 horas de formação
- Material de apoio ao Curso (em Português)
- **0,6 UC** (Unidades de Crédito) relativas ao **Título Profissional de Treinador de Desporto** (formação específica)
- Certificado de participação Bwizer com **creditação IPDJ**
- Seguro de acidentes pessoais em vigor durante a formação

QUAIS OS DESTINATÁRIOS DESTE WORKSHOP?

- Treinadores, Profissionais de Desporto/Educação Física e Jogadores de futebol.



CERTIFICAÇÃO IPDJ

Este curso atribui **0,6 UC** (Unidades de Crédito) relativos ao **Título Profissional de Treinador de Desporto** (formação específica), assim como Certificado de participação Bwizer com creditação IPDJ.

