

Seminário

“Desportos de Combate e Artes Marciais - o presente das modalidades”

Data de Realização: 18 de junho de 2016

Horário: das 9:30 às 13:30 e das 14:30 às 19:30

Local: Escola Superior de Educação - IPS

Inscrições
Gratuitas
Alunas
ESE/IPS

Público-alvo: Treinadores das modalidades envolvidas (Judo, Aikido, Karaté, Kickboxing, Taekwondo, Lutas Amadoras), diretores técnicos (DT), profissionais responsáveis pela orientação e condução do exercício de atividades físicas e desportivas (PROCEAFD), futuros treinadores, estudantes do curso de Desporto, atletas e público em geral.

Valor: Gratuito (Os alunos que pretendem almoçar na ESE devem indicar com antecedência a organização do evento. A refeição terá um custo de 6,00€ a pagar no dia à empresa que fornecerá as refeições).

Objetivos Gerais:

- Conhecer fatores e condicionantes que contribuem para o bom desempenho de um treinador;
- Entender o papel do treinador enquanto peça chave no sucesso escolar e desportivo do atleta jovem;
- Perceber a dimensão pedagógica das Artes Marciais e Desportos de Combate;
- Conhecer as exigências nutricionais dos Desportos de Combate e Artes Marciais;
- Conhecer as exigências específicas da atividade desportiva, na vertente prática e teórica, das seguintes modalidades: Judo, Aikido, Karaté, Kickboxing, Taekwondo, Lutas Amadoras;
- Perceber a importância da ética no desporto e em particular nos Desportos de Combate e Artes Marciais.

“Desportos de Combate e Artes Marciais - o presente das modalidades”

Programa:

9:30 às 13:30 e das 14:30 às 16:30 - Componente teórica:

9:30 às 11:30 - Luís Catita (Psicologia) – “Motivação para a Participação e Abandono

Desportivo de Jovens em Idade Escolar...O que pode o treinador fazer?”;

11:30 às 13:30 - Bruno Avelar Rosa (Didática Desportiva) – “Intenção pedagógica das Artes Marciais & Desportos de Combate”;

13.30 às 14:30 – Almoço (deve avisar a organização se pretende almoçar na ESE – valor a pagar no dia à empresa de catering (6,00€)).

14:30 às 16:30 - Miguel Godinho (Nutrição) – “Nutrição nos desportos de combate: a verdade por detrás das tendências”;

16:30 às 19:30 Mesas redondas – componente prática:

- **Francisco Silva** (Judo) – “O desenvolvimento e preparação de judocas deve ser um projeto de longo prazo!”;

- **Amílcar Antunes** (Aikido);

- **Davide Gomes** (Karaté);

- **Tatiana Correia** (Kickboxing);

- **Rafael Fonseca** (Taekwondo);

- **Pedro Silva** (Lutas Amadoras).

Nota: Durante o período da tarde, os inscritos poderão fazer uma pequena pausa para café/água, que irão ter à sua disposição.