

SEMANA NACIONAL DE FORMAÇÃO - VIANA DO CASTELO

CRONOGRAMA DA AÇÃO - “Componentes e Meios de Ensino do Jogo de Andebol”

Data	Horas	Conteúdos	Local* / Sessão teórica ou prática	Material necessário
4 julho	10:00 - 12:30 (Conta 1h para a formação)	<ul style="list-style-type: none"> • Acreditação 		
	14:30 - 18:30 (4h)	<ul style="list-style-type: none"> • Sessão de abertura 		
5 julho	09:00 - 13:00 (4h)	Componentes e Meios de Ensino do Jogo Regras e adaptações à escola; por onde começar e porquê? 4x4	Sala (4 h)	Sala: projetor
	14:00 - 19:00 (5h)	<ul style="list-style-type: none"> • Workshops 		
6 julho	09:00 - 12:30 (3:30h)	Componentes e Meios de Ensino do Jogo Relação eu-bola; Relação eu-bola-colega; ocupação racional do espaço; Progressão no terreno;	Sala (3,5 h)	Sala: projetor
	14:00 - 19:00 (5h)	Componentes e Meios de Ensino do Jogo 2h - Proposta de plano de treino 3h - Aplicação do plano de treino	Sala (2 h) Pavilhão (3h)	Sala: projetor Pavilhão: Campo transversal, 2 balizas, cones, bolas, coletes, quadro branco e marcadores
7 julho	09:00 - 12:30 (3:30h)	Componentes e Meios de Ensino do Jogo 2 h - Defesa individual; passe e vai; defesa zona (aberta e fechada; progressões sucessivas) 1,5h - Proposta de plano de treino	Sala (3,5 h)	Sala: projetor
	14:00 - 18:00 (4h)	Componentes e Meios de Ensino do Jogo (Elaboração do relatório final + Aplicação do plano de treino;)	Sala (1 h) Pavilhão (3h)	Pavilhão: Campo transversal, 2 balizas, cones, bolas, coletes, quadro branco e marcadores

*Relativamente ao local, este já está definido para cada modalidade, em termos de pavilhão, campo, escola. Pretendemos que indiquem a distribuição no tempo (teórica e prática) para podermos marcar as salas e as restantes instalações nas horas pretendidas para cada formação.