



ASSOCIAÇÃO NACIONAL DE TREINADORES DE TIRO

Sede: Rua Dr. Luís Sá, 5 – 3º Esq. Aqualva 2735-546 CACÉM
Contribuinte n.º. 506 532 747

CURSO DE TREINADORES DE TIRO DESPORTIVO ISSF

GRAU I

CARGA HORÁRIA

(Sábado)

27 Novembro 2010

09H00	Introdução ao curso – Breve apresentação	José Pego / M. Serra
09H10/11H00	Lei 5/2006 + Lei 42/2006 + Lei 17/2009	José Pêgo
11H00/11H15	Intervalo	
11H15/12H45	Regras de Segurança em Espaços Desportivos	José Pêgo
12H45/14H00	Almoço	
14H00/15H00	Equipamentos de tiro utilizados nas varias Modalidades de tiro desportivo	Domingos Rodrigues
15H00/16H00	Teoria e métodos de treinos táticos utilizados nas modalidades de tiro desportivo	Domingos Rodrigues
16H00/16H15	Intervalo	
16H15/18H15	Regulamentos das Modalidades de Tiro desportivo	Carlos Santos
18h30	Encerramento dos trabalhos	

(Domingo)

28 Novembro 2010

09H00/11H00	Iniciação ao Tiro Desportivo - O Treinador de Tiro Olímpico Face aos Sistemas e Contextos da Metodologia de Treino	Miguel Soares
11H00/11H15	Intervalo	
11H15/12H45	Treino de Tiro com Carabina - Organização	Miguel Soares
12H45/14H00	Almoço	
14H00/16H00	Teoria e métodos de treino físico necessário para a prática das modalidades de tiro desportivo	Francisco Silva
16H00/16H15	Intervalo	
16h15 / 17h15	Teoria e métodos de treino físico necessário para a prática das modalidades de tiro desportivo	Francisco Silva
17H15/18H15	Iniciação ao Tiro Desportivo com Armas Ar Comprimido - Pistola	Domingos Rodrigues
18H30	Encerramento dos trabalhos	

Entidades Promotoras da Formação :



Instituto do Desporto de Portugal, I.P.

(Cont.)

(Sábado)
11 Dezembro 2010

09H00/11H00	Práticas Pedagógicas - Carabina	Miguel Soares
11H00/11H15	Intervalo	
11H15/12H45	Teoria e métodos de treinos utilizados nas modalidades de tiro desportivo com carabina.	Miguel Soares
12H45/14H00	Almoço	
14H00/16H00	Teorias e métodos de treinos técnicos utilizados nas modalidades de tiro desportivo –Pistola AC	Domingos Rodrigues
16H00/16H15	Intervalo	
16H15/18H15	Ensino Aprendizagem - Psicopedagogia	Ana Ramires
18h30	Encerramento dos trabalhos	

(Domingo)
12 Dezembro 2010

09H00/11H00	Principios Básicos do treino de Carabina	Miguel Soares
11H00/11H15	Intervalo	
11H15/12H45	Práticas Pedagógicas – Pistola	Miguel Soares
12H45/14H00	Almoço	
14H00/16H00	Teorias e métodos de Treinos Psicológicos utilizados nas modalidades de tiro desportivo	Domingos Rodrigues
16H00/16H15	Intervalo	
16H15/17H00	Elaboração Planos treinos	José Pêgo
17H15/18H00	Teste escrito	José Pêgo
18H30	Encerramento dos trabalhos	
48 Horas	Estágio Supervisionado	Miguel Soares José Pêgo Miguel Soares
600 Horas	Estágio Não Supervisionado	

O DIRECTOR DO CURSO

José Pêgo

Entidades Promotoras da Formação :

