



Campus Académico da Maiêutica • ISMAI • IPMAIA



16 março 2018

# III SEMINÁRIO

# + TREINO DESPORTIVO

Formar para a excelência

17 março 2018 ▶ **Workshop Futebol**

A intencionalidade no processo:  
Em busca da performance e sucesso desportivo

## OPEN WEEK

**+ Formação + Emprego:**  
*Prepara o teu Futuro!*

### PROGRAMA



INSTITUTO  
POLITÉCNICO  
DA MAIA IPMAIA



N2i  
Núcleo de Inovação e  
Desenvolvimento

MEGENAS



PROMOÇÃO/INFORMAÇÃO



tel. 229 866 083  
fax. 229 875 331  
email: gmerp@ismai.pt  
www.ismai.pt

DESIGN E PRODUÇÃO



CLM  
CENTRO E LABORATÓRIO  
MULTIMÉDIA

Contactos - IPMAIA

Telefone: 229 866 026  
Site: [www.ipmaia.pt](http://www.ipmaia.pt)

E-mail: [openweek@maeutica.pt](mailto:openweek@maeutica.pt)

# III Seminário de Treino Desportivo do IPMAIA

Formar para a excelência

16 de março de 2018 (Sexta-Feira)

9h00

## Sessão de abertura

**João Paulo Rebelo** • Secretário de Estado da Juventude e Desporto

**José Azevedo** • Presidente da Direção da Maiêutica

**Célio Sousa** • Presidente do Instituto Politécnico da Maia

**Daniel Duarte** • Diretor da Escola Superior de Ciências Sociais, Educação e Desporto

**Nuno Pimenta** • Coordenador da Licenciatura em Treino Desportivo e do CTESP de Treino Desportivo de Jovens

10h00

## Mesa I – O treino de jovens atletas em Portugal – Formação e/ou rendimento?

**Moderador: Paulo Sá** • Docente IPMAIA

**João Campos** – Treinador Olímpico de Atletismo

**José Velinho** – Departamento de Formação da Federação Portuguesa de Remo

**Luís Martins** – Departamento de Formação das Academias de Futebol do Sporting Clube de Portugal

a) Apresentação do trabalho de um aluno de Treino Desportivo

11h30

## Mesa II – Reflexão sobre o Plano Nacional de Formação de Treinadores em Portugal

**Moderador: Pedro Sequeira** • Presidente da Confederação de Treinadores de Portugal

**António Figueiredo** – Diretor da FCDEF – Coimbra

**Mário Moreira** – Diretor do Departamento de Formação e Qualificação IPDJ

**Nuno Pimenta** – Coordenador dos cursos de Treino Desportivo no IPMAIA

**Pedro Dias** – Diretor Coordenador da FPF

b) Apresentação do trabalho de um aluno de Treino Desportivo

13h:00

## Almoço

14h00

## Mesa III – Treinar e competir com GPS

**Moderador: Paulo Roriz** • Docente IPMAIA

**António Calado** - Recuperador Físico no Rio Ave F.C.

**Filipe Çelikkaya** – Treinador Adjunto no Grupo Desportivo de Chaves

**João Ribeiro** – Coordenador do Gabinete de Otimização Desportiva do Sporting Clube de Braga

**Márcio Sampaio** - Recuperador Físico no Sporting Clube de Portugal

**Pedro Vigário** – Seleccionador Nacional de BTT

c) Apresentação do trabalho de um aluno de Treino Desportivo

15h30

## Mesa IV – Díade treinador-atleta: Implicações para a performance desportiva

**Moderador: Pedro Teques** • Docente IPMAIA

Treinador	Atleta	Modalidade
<b>Henrique Calisto</b>	<b>Carlos Brito</b>	Futebol
<b>Hugo Silva</b>	<b>Miguel Maia</b>	Voleibol
<b>José Barros</b>	<b>Susana Costa</b>	Atletismo

d) Apresentação do trabalho de um aluno de Treino Desportivo

17h00

## Sessão de homenagem ao Seleccionador Nacional de Futsal e Campeão Europeu 2018

**Jorge Brás** - Docente IPMAIA e Treinador de Futsal

17h30

## Mesa V – Competências do treinador e o sucesso no desporto profissional

**Moderador: Daniel Duarte** • Docente IPMAIA

**Abel Ferreira** - Treinador de Futebol

**Jorge Brás** - Treinador de Futsal

**Manuel Gomes (Professor Neca)** - Treinador de Futebol

**Paulo Sá** - Treinador de Andebol

**Pedro Martins** - Treinador de Futebol

**Sérgio Vieira** - Treinador de Futebol

Entrega do prémio para o aluno com a melhor apresentação

19h00

## Encerramento dos trabalhos

# Workshop • Futebol

A intencionalidade no processo: Em busca da performance e sucesso desportivo

17 de março de 2018 (Sábado)

## Formador: Miguel Moita

9h00

### Componente teórica

a) Observar, analisar, treinar para jogar em contextos de alto Rendimento

10h30

b) O scouting como uma ferramenta essencial para a melhoria do nosso Modelo de Jogo

11h30

c) Preparação para a sessão prática

- Divisão da turma em grupos de 4 elementos; visualização de 5 min. de um jogo + 15 min. para preparação de um exercício em que o objetivo seja ultrapassar uma debilidade ou proteger-nos de uma força de uma das equipas vistas no vídeo.

12h00

### Componente prática com a presença de uma equipa de futebol

d) Sessão prática

- Demonstração de um exercício proposto pelo formador para potenciar determinados aspetos debatidos anteriormente;  
- Realização de um exercício proposto por cada grupo.

13h00

Pausa para almoço

## Formador: António Barbosa

14h00

e) A observação e análise inserida no microciclo de trabalho – da formação ao alto rendimento.

15h30

f) Distribuição semanal da informação aos atletas, sobre a observação e a análise:

- Qualitativa;
- Quantitativa.

17h00

Encerramento dos trabalhos

## FORMAÇÃO CREDITADA IPDJ

### SEMINÁRIO

N.º de unidades de crédito atribuídas: 1.8

Componente de formação: geral

### WORKSHOP DE FUTEBOL - I/II/III/IV

N.º de unidades de crédito atribuídas: 1.4

Componente de formação: específica



## INSCRIÇÃO

### SEMINÁRIO

Profissionais	Alunos	Ex-alunos e Sócios de Associações Nacionais de Treinadores
10€	5€	7,5€

### WORKSHOP DE FORMAÇÃO ESPECÍFICA

Profissionais	Alunos	Ex-alunos e Sócios de Associações Nacionais de Treinadores
15€	10€	12,5€

### SEMINÁRIO + WORKSHOP

Profissionais	Alunos	Ex-alunos e Sócios de Associações Nacionais de Treinadores
20€	15€	17,5€

**INSCRIÇÕES**  
**MAIEUTICA.PT/UJOVEM**



**LET'S DO IT!**

**25 JUNHO A 20 JULHO**

**PROGRAMA DE VERÃO**

**UNIVERSIDADE**

**JOVEM** 2018

**OFICINAS LÚDICAS**  
(3º AO 6º ANO)

**OFICINAS TEMÁTICAS**  
(7º AO 9º ANO)

**ATIVIDADES DE PROJETO**  
(10º AO 12º ANO)



PARCERIA



ORGANIZAÇÃO



MECENA



PROMOÇÃO/INFORMAÇÃO



tel. 229 866 083  
fax. 229 825 331  
email: gmerp@ismai.pt  
www.ismai.pt

DESIGN E PRODUÇÃO

