

CURSO OFICIAIS DE NATAÇÃO SINCRONIZADA

DATA: 26 e 27 de Novembro de 2011

PROGRAMA E HORÁRIO:

DIA	26 de Novembro	26 de Novembro	27 de Novembro	27 de Novembro
HORÁRIO	9h30 – 13h00	14h00 – 19h00	9h30 – 13h00	14h30 – 16h30
PROGRAMA	Aula teórica	Aula teórica	Aula teórica	Avaliação

LOCAL: Clínica Médica do Exercício do Porto (CMEP) – Junto ao Clube Fluvial Portuense

FORMADORES: Carla Silva e Ana Lira

PROGRAMA:

SÁBADO (Manhã) 26/11/2011	<p>Apresentação do curso e seus objectivos;</p> <p>Enquadramento teórico da disciplina:</p> <p>a) Introdução histórica da disciplina; evolução da modalidade a nível mundial</p> <p>Regras Técnicas:</p> <p>a) Apresentação e análise das regras técnicas da NS 2009/2013</p>
SÁBADO (tarde) 26/11/2011	<p>O juiz de uma prova:</p> <p>a) Motivação para a prática de juiz;</p> <p>b) Juiz como um dos constituintes do pentágono desportivo;</p> <p>c) Composição e funções específicas de cada membro da equipa de arbitragem;</p> <p>d) O júri de uma prova de NS;</p> <p>e) Competências fundamentais para a prática de um juiz de NS;</p> <p>f) Princípios e ética;</p> <p>g) Direitos e deveres.</p>
DOMINGO (Manhã) 27/11/2011	<p>Trabalho de secretaria:</p> <p>a) Apresentação de um programa de competição;</p> <p>b) Análise de fichas;</p> <p>c) Manuseamento das tabelas de pontuação;</p> <p>d) Exercícios</p>

INSCRIÇÕES:

Através de impresso próprio, o qual deve ser enviado para info@annp.pt com a respetiva taxa de inscrição no valor de **15,00 euros**.

RECURSOS NECESSÁRIOS:

Vídeo show; Auditório; Regulamentos.