



# ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE BRAGA

PRAÇA DOS ARSENALISTAS, 75 - 3º DTO. - 4700 BRAGA

DEPARTAMENTO TÉCNICO

## CURSO TREINADORES III GRAU – MEIO-FUNDO E MARCHA

A Federação Portuguesa de Atletismo, vai realizar em 2009 um Curso de Treinadores de Atletismo de Grau 3 (antigo Curso de 2º Grau de Meio-Fundo e Marcha).

Este Curso, que terá uma carga horária de 86 horas, será realizado em local ou locais a definir, sendo a data uma das seguintes hipóteses:

- **Hipótese 1:** Duração de 4 fins-de-semana durante o mês de Outubro num total de 76 horas, sempre com entrada na 6ª feira à noite.

- 2 a 5 de Outubro (22 horas). Dia 2: 2 h. Dias 3 e 4: 8 h cada. Dia 5: 4 h.

- 9 a 11 de Outubro (18 horas). Dia 9: 4 h. Dia 10: 10 h. Dia 11: 4 h.

- 16 a 18 de Outubro (18 horas). Dia 16: 4 h. Dia 17: 10 h. Dia 18: 4 h.

- 23 a 25 de Outubro (18 horas). Dia 23: 4 h. Dia 24: 10 h. Dia 25: 4 h.

- Avaliação: 31 de Outubro e 1 de Novembro (10 horas)

- **Hipótese 2:** Realizado em dois períodos mais concentrados durante o mês de

Dezembro num total de 76 horas, sempre com entrada na 6ª feira à noite.

- 4 a 8 de Dezembro (34 horas). Dia 4: 3 h. Dias 5, 6 e 7: 9 h. cada. Dia 8: 4h

- 18 a 23 de Dezembro (42 horas). Dia 18: 3 h. Dias 19, 20 e 21: 9 h. cada.

Dia 22: 8 h. Dia 23: 4 h.

- Avaliação: 9 e 10 de Janeiro (10 horas)

A escolha do modelo da sua realização, depende da preferência e da maioria dos candidatos que forem seleccionados para frequentarem o Curso. Assim, quando preencherem a ficha de inscrição, os candidatos devem mencionar qual das duas hipóteses preferem, sabendo que necessitam de estarem presentes em 75% das aulas para terem aproveitamento neste Curso.

Para poderem participar neste Curso de Treinadores de Grau 3, os candidatos devem ter o Curso de Treinadores de Grau 2 (antigo Curso de 3º Grau), ou a sua equivalência – Licenciatura em Educação Física com a Opção em Atletismo. Além disso, devem ser treinadores em actividade há pelo menos quatro anos, orientando atletas do Sector de Meio-Fundo e Fundo ou atletas do Sector de Marcha.



# ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE BRAGA

PRAÇA DOS ARSENALISTAS, 75 - 3º DTO. - 4700 BRAGA

DEPARTAMENTO TÉCNICO

As despesas de alojamento, alimentação e a entrega dos manuais e material de apoio, são da responsabilidade da FPA. Os candidatos terão de suportar as despesas relativas aos transportes e ao pagamento da inscrição (120 euros).

As inscrições, em ficha própria, devem ser enviadas para a FPA – Departamento de Formação, através do Email: [jabrantes@fpatletismo.pt](mailto:jabrantes@fpatletismo.pt) até ao dia 26 de Junho de 2009.

Durante o mês de Julho serão analisadas todas as inscrições, sendo seleccionados os treinadores que irão participar no Curso.

Esta selecção será anunciada a todos os candidatos até ao final do mês de Julho de 2009, assim como as datas e os locais onde decorrerá o Curso. Durante o mês de Agosto deve ser feita a confirmação final da participação dos candidatos seleccionados, assim como o pagamento da inscrição.

Os critérios de selecção dos candidatos dependem de dois factores:

- Cumprimento das condições de acesso.
- Número de vagas – 25.

No caso dos candidatos elegíveis para participarem no Curso ultrapassarem o número de vagas, teremos de efectuar uma selecção baseada nos seguintes critérios:

- Nota no Curso de Treinadores de Grau 2.
- Anos de experiência como treinador.
- Resultados obtidos pelos atletas do Sector que treinam ou treinaram.

No final do Curso os treinadores que tiveram aproveitamento recebem uma Cédula de treinador de Desporto de Grau 3, passada pelo IDP.