

PROGRAMA PARA A REVALIDAÇÃO DO TPTD

Formação Contínua para os treinadores de Tiro
Desportivo ISSF

Quartel da Escola Prática de Transmissões - Porto



FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE TIRO



INSTITUTO PORTUGUÊS DO
DESPORTO E ACTIVIDADE FÍSICA

Programa para revalidação do TPTD - Módulo I

24 de Março de 2018 – Regimento de Transmissões - Porto

PROGRAMA PARA REVALIDAÇÃO DE TPTD – MÓDULO I – 24MAR2018	Qtd Hrs	HORA	Formador
03 Segurança nas instalações desportivas e História da modalidade / disciplina:			
Regras e condutas de segurança; Lei das armas e portarias complementares; História do treinador em Portugal.	1	08H00	Luís Mota
01 A postura básica para a posição de tiro com Pistola e Carabina, disciplinas ISSF e suas particularidades:			
Origens das particularidades, locais de prática; Posturas: Da cabeça; do tronco; dos braços; das pernas; Estabilidade Corporal; Postura para desporto adaptado; Tipo de Armas; Adequação da arma e do equipamento ao atleta.	1 Pist	09H00	Luís Mota
Sessão prática em carreira de tiro - pistola	1	10H00	Luís Mota
01 A postura básica para a posição de tiro com Pistola e Carabina, disciplinas ISSF e suas particularidades:			
Origens das particularidades, locais de prática; Posturas: Da cabeça; do tronco; dos braços; das pernas; Estabilidade Corporal; Postura para desporto adaptado; Tipo de Armas; Adequação da arma e do equipamento ao atleta.	1 Carab	11H00	José Gonçalves
Sessão prática em carreira de tiro - carabina	1	12H00	José Gonçalves
Sessão prática em carreira de tiro - carabina	1	13H00	José Gonçalves

Valor da inscrição: 25€

Atribui 1 U.C para a renovação do TPTD

Programa para revalidação do TPTD - Módulo II

24 de Março de 2018 – Regimento de Transmissões - Porto

PROGRAMA PARA REVALIDAÇÃO DE TPTD – MÓDULO II – 24MAR2018	Qtd Hrs	HORA	Formador
<p>02 Regras e regulamentos ISSF - Pistola e Carabina</p> <p>Tipo de competições; Evolução dos equipamentos; Controle de equipamento dos atletas; Carreiras de tiro e suas exigências; Sessões de controlo de equipamento e procedimentos a ter; Comunicação treinador/atleta; Regras de classificação.</p>	4	14H00 15H00 16H00 17H00	José Gonçalves
<p>08 Planeamento do treino de Tiro Desportivo – Pistola</p> <p>Sessão de treino físico específico por elementos; Sessão de treino técnico por elementos; Constituição da sessão de treino de gestos técnicos, típica; Constituição de treino técnico global (treino em escada).</p>	1	18H00	Luís Mota

Programa para revalidação do TPTD - Módulo III

25 de Março de 2018 – Regimento de Transmissões - Porto

PROGRAMA PARA REVALIDAÇÃO DE TPTD – MÓDULO III – 25MAR2018	Qtd Hrs	HORA	Formador
05 Técnica de Tiro de Pistola e Carabina e seus elementos estruturantes: Empunhamento; Distribuição do peso corporal; Escolha de Munições; Manutenção da postura; Posição natural de tiro e construção do ponto "Zero" do atirador.	2 hr Pistola	08H00 09H00	Luis Mota
Empunhamento; Distribuição do peso corporal; Escolha de Munições; Manutenção da postura; Posição natural de tiro e construção do ponto "Zero" do atirador.	2 hr Carabina	10H00 11H00	José Gonçalves
08 Planeamento do treino de Tiro Desportivo - Carabina Sessão de treino físico específico por elementos; Sessão de treino técnico por elementos; Constituição da sessão de treino de gestos técnicos, típica; Constituição de treino técnico global (treino em escada).	1	12H00	José Gonçalves