

Formação Contínua de Treinadores

Local Funcionamento das ações:

Auditório e Ginásio da APPCDM—Viseu

—0—

Ação nº 1 – 30 de Junho de 2018 - 09 h

As regras do Ténis de Mesa e a sua aplicabilidade

—0—

Ação nº 2 – 30 de Junho de 2018, às 15h

O treino com multibolas no Ténis de Mesa

—0—

Ação nº 3 – 01 de Julho de 2018, às 09h

Serviços/receção

—0—

Fecho das Inscrições: **15 de Abril de 2018**

Inscrições – Preço – 20 € / Ação

IBAN – PT50001000001419148000147

Federação Portuguesa de Ténis de Mesa

Enviar para

joao.oliveira@fptm.pt e geral@atmviseu.pt

1 – O talão de pagamento digitalizado

2 – O nome e o NIF da pessoa ou Entidade em que será emitido o recibo.

3 – O número do B.I. ou C.C. do formando

4 – Morada completa



Federação Portuguesa de Ténis de Mesa

R. Padre Luís Aparício 9
1169-093 Lisboa, Portugal

Telefones
213 531 999 e 213 527 413



Associação de Ténis de Mesa do Distrito de Viseu

Edifício da Junta de Freguesia de S. Martinho de Mouros

Rua do Cravelo, nº 333
4660-370—S. Martinho de Mouros
Telem. 936304952

geral@atmviseu.pt www.atmviseu.pt

APOIO

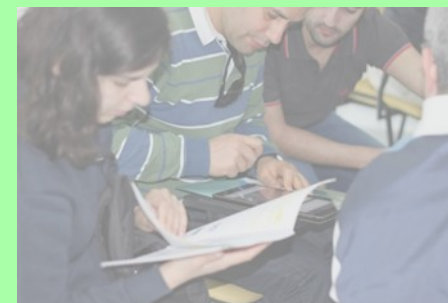


APPACDM

Rua APPACDM—Repeses
3500-431 Viseu
GPS: 40.630268 7.9304878,16



Plano de Formação 2018



FORMAÇÃO CONTÍNUA DE TREINADORES DE TÉNIS DE MESA

Portaria nº 326/2013, de 1 de Novembro



Ação 1

As Regras do Ténis de Mesa e a sua Aplicabilidade

Dia: **30/6/2018**

Nº horas: **5 h** Hora Inicio: **9 h**

Nº Créditos: 1

Abordagem e Enquadramento a:

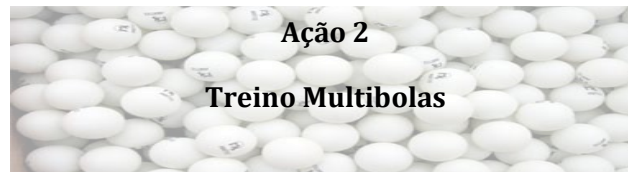
- Regulamento Geral
- Manual das Regras
- Regulamento das Competições Desportivas
- Regulamento dos Torneios pontuáveis para a classificação nacional de atletas
- Regulamento dos cartões disciplinares
- Regulamento da Prevenção e violência no Ténis de Mesa

⇒ Análise de Situações práticas

- * Serviços
- * Cartões disciplinares

Destinatários:

Treinadores de grau I, grau II e grau III
Outros agentes desportivos ligados à modalidade



Ação 2

Treino Multibolas

Dia: **30/6/2018**

Nº horas: **5 h** Hora Inicio: **15 h**

Nº Créditos: 1

Abordagem e Enquadramento

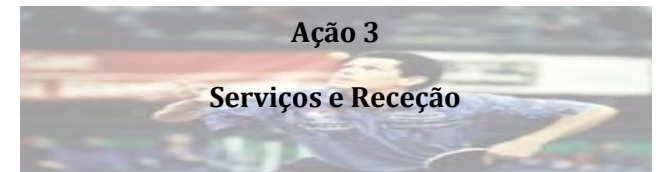
Apresentação multimédia sobre esta temática

- * Treino com robot
- * Vantagens
- * Inconvenientes
- * Treino com balde de Bolas
- * Vantagens
- * Inconvenientes

⇒ Exercícios práticos

Destinatários:

Treinadores de grau I, grau II e grau III
Outros agentes desportivos ligados à modalidade
Os formandos deverão vir equipados desportivamente e portadores de raquete.



Ação 3

Serviços e Recepção

Dia: **1/7/2018**

Nº horas: **5 h** Hora Inicio: **9 h**

Nº Créditos: 1

Abordagem e Enquadramento

Apresentação multimédia sobre

- * A importância de um bom serviço ou de uma boa receção
- * Tomada de iniciativa após a receção
- * Tipos de efeitos dados no serviço
- * Tipos de serviços

Visualização de treino de serviços por parte de atletas de alta competição

⇒ Exemplificações práticas

Destinatários:

Treinadores de grau I, grau II e grau III
Outros agentes desportivos ligados à modalidade
Os formandos deverão vir equipados desportivamente e portadores de raquete.