



Aprendizagem da técnica no karate: Do desenvolvimento motor ao kihon, do kata ao kumite

OBJECTIVOS:

Esta ação de formação surge com o intuito de melhorar a qualificação dos treinadores de karaté no âmbito da prescrição do treino desportivo, numa abordagem abrangente em termos de objetivo de intervenção, mas especificamente no contexto do treino de karaté. Faz a interligação entre as diferentes fases de desenvolvimento motor e a aprendizagem da técnica no karaté e a interligação entre o treino de karaté e a prática ao longo da vida. Esta visão integradora tem ainda em consideração os diferentes papéis que um treinador de karaté pode/deve desenvolver ao longo do seu percurso (treinador/examinador/árbitro), com os seguintes objectivos:

- Salientar os objetivos fundamentais para o desenvolvimento motor nas crianças e jovens
- Aliar o ensino da técnica às fases de desenvolvimento numa perspetiva multifatorial
- Apresentar de forma didática os fundamentos que suportam o LTAD
- Dotar os formandos dos conhecimentos práticos para implementar no treino;
- Promover a auto-reflexão sobre as práticas no ensino da técnica

DESTINATÁRIOS:

A Ação de Formação é destinada a treinadores e praticantes de karaté de qualquer grau.

DATA E LOCAL:

A atividade será realizada no dia 22 de junho de 2019, em Lisboa no Parque de Jogos 1º de Maio INATEL

COORDENAÇÃO TÉCNICA

António Quaresma

Diretor do Departamento de Formação da FNK-P; Doutor em Educação; Mestre em Psicologia do Desporto; Pós-graduado em Envelhecimento: Atividade Física e Autonomia Funcional; Licenciado em Educação Física e Desporto; Treinador de Karate (Grau II), Formador e Investigador.

Bruno Neves

Licenciado em Motricidade Humana, Ramo de Ciências da Educação Física e Desporto e Pós-Graduado em Educação Especial. Treinador de Karate (Grau II).

Sensei Peté Pacheco

- 7ºDan JKA World Federation; Membro do Shihankai JKA World Federation; - Membro do Comité Técnico da JKA-Europa, Instrutor A, Examinador A e Árbitro A da JKA World Federation; - Licença especial de examinador das graduações até 3ºDan da JKA World Federation; - Licença especial de examinador das qualificações internacionais de instrutor D, examinador D e árbitro D da JKA World Federation; - Responsável técnico dos cursos de qualificação de instrutor, examinador e árbitro da JKAPortugal;

ex-Selecionador nacional da FNK-P; Treinador de karaté (Grau IV)



Sensei António Pula

- 7ºDan JKA World Federation; - Instrutor A, Examinador B e Árbitro A da JKA World Federation; - Árbitro internacional da European Shotokan Karate Association; - Prelector dos cursos de qualificação de instrutor, examinador e árbitro da JKA-Portugal; Árbitro internacional EKF e WKF; Treinador de karaté (Grau III);

PROGRAMA:

14h30-15h30

Dimensões de análise do desenvolvimento motor; Fases de desenvolvimento motor; Períodos sensíveis e períodos críticos; Aprender

Formador: António Quaresma e Bruno Neves

15h30-17h00

Aprendizagem da técnica do karaté

Formador: Sensei Peté

17h00-18h30

Variabilidade da prática no treino e ao longo da vida. Modelo LTAD

Formador: Bruno Neves e António Quaresma

18h30-19h30

Os múltiplos papéis do treinador de karaté na aprendizagem/ensino da técnica.

Formador: Sensei Pula

Nota: Para participar na ação é necessária a utilização do karaté-gi

UNIDADES DE CRÉDITO:

1,0 Unidades de Crédito para a Formação Contínua Específica

INSCRIÇÕES:

Associação Shotokan Karate do Portugal

Telf.: +351 21 346 3764

E-mail: askp.direccao@gmail.com

Em parceria com a FNK-P

