

CURSO NACIONAL DE CAPACITAÇÃO PARA TÉCNICOS

Cronograma

Módulo I – Parte I		
Terça – 20/10/2015	Quarta – 21/10/2015	Quinta – 22/10/2015
	9h00m – 11h00 Evolução do Judô no Contexto Internacional	9h00m – 11h00 Planejamento do Ciclo Olímpico
	11h15m- 13h15 História, Filosofia e Ética / Comportamento e Postura/ Padronização dos Técnicos do Go Kyo	11h15m- 13h15 Ossae Waza – Como se treina no Japão
12h00m – 13h45m Almoço.	13h15m – 14h45 Almoço.	13h15m – 14h45 Almoço.
14h00m – 16h00m Relacionamento Imprensa e Marketing.	14h45 – 16h45 Fundamentos 1 - Tai Sabaki / Shintai	
16h15m - 18h15m Arbitragem – As regras x desempenho competitivo	17h00 – 19h00 Fundamentos 2 - Kuzushi –Tsukuri - Kake	

Módulo II		
Terça – 10/11/2015	Quarta – 11/11/2015	Quinta – 12/11/2015
	9h00m – 11h00 Atuação Médica na Equipe Multidisciplinar	9h00m – 11h00 Estratégia de Preparação Psicológica para Atleta de Judô
	11h15m- 13h15 Lesões comuns – Tratamentos e Prevenções	11h15m- 13h15 Importância da Comunicação Atleta/Técnico no Judô
12h00m – 13h45m Almoço.	13h15m – 14h45 Almoço.	13h15m – 14h45 Almoço.
14h00m – 16h00m Estratégia Nutricionais para Controle de Peso no Judô	14h45 – 16h45 Saúde da Mulher Atleta - Atuação da Ginecologia no Judô	
16h15m - 18h15m Condutas Nutricionais para o Atleta de Judô	17h00 – 19h00 Recursos Ergogenicos - Doping no Judô	

Módulo III		
Terça – 01/12/2015	Quarta – 02/12/2015	Quinta – 03/12/2015
Treinamentos para diferentes faixas etárias	9h00m – 11h00 Atuação da Área Preparação Física na Equipe Multidisciplinar	9h00m – 11h00 Uchi Komi – Meios e Métodos
	11h15m- 13h15 Preparação Física - Teórica e Prática	11h15m- 13h15 Uchi Komi - Educativos e Formas
12h00m – 13h45m Almoço.	13h15m – 14h45 Almoço.	13h15m – 14h45 Almoço.
14h00m – 16h00m Modelo Competitivo e Aplicações ao Treinamento	14h45 – 16h45 Periodização e Planejamento no Judô	
16h15m - 18h15m Treinamentos para diferentes faixas etárias	17h00 – 19h00 Treinamento de força para atletas de judô	

Módulo IV		
Terça – 15/12/2015	Quarta – 16/12/2015	Quinta – 17/12/2015
	9h00m – 11h00 Fundamentos de Kumi kata – Treino	9h00m – 11h00 Tachi Waza – Treino Tai Sabaki - Yakussoku Gueiko – Kakari Gueiko – Randori Shiai
	11h15m- 13h15 Fundamentos de Kumi Kata - Competição	11h15m- 13h15 Tachi Waza – Seleção Brasileira (características) Táticas e Estratégia de Luta: Como Usar o Estrategismo
12h00m – 13h45m Almoço.	13h15m – 14h45 Almoço.	13h15m – 14h45 Almoço.
14h00m – 16h00m Transição Tachi waza pra ne waza	14h45 – 16h45 O Uso da Tecnologia no Judô Competitivo	
16h15m - 18h15m Ne waza - Treino e Competição	17h00 – 19h00 Introdução ao judô – da iniciação ao alto rendimento	