

ACÇÃO Nº	1	CURSO	CURSO TREINADORES SEVENS	GRAU 1	LOCAL	E-learning	DATA	MÓDULO 1 22/03/2021 MÓDULO 2 24/03/2021
-----------------	---	--------------	--------------------------	---------------	--------------	------------	-------------	--

DIRECTOR	Frederico Sousa Henrique Rocha	SECRETÁRIO	Paulo Duarte	TOTAL HORAS	4	TOTAL CRÉDITOS	0.8	FORMAÇÃO	Contínua
OBJECTIVOS	<ul style="list-style-type: none"> Dotar os treinadores nacionais de grau 1 2 3 de novas metodologias e estratégias do treino da variante de Sevens 			PRINCIPAIS CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	<ul style="list-style-type: none"> Como atacar Como defender Pontapés de início e Recomeço Pontapés penalidade e livres Alinhamento Formação ordenada 				
PERTINÊNCIA DA ACÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> Desenvolver competências de treino de Sevens. Promover a variante de Sevens de acordo com o plano estratégico da Federação Portuguesa de Rugby 			DESTINATÁRIOS	<ul style="list-style-type: none"> Treinadores Grau 1, 2 e 3 				

INFORMAÇÃO PARA OS FORMANDOS

MATERIAL NECESSÁRIO	<ul style="list-style-type: none"> Computador 	PRÉ-REQUISITOS	<ul style="list-style-type: none"> Não tem.
----------------------------	--	-----------------------	--

ACÇÃO Nº	1	CURSO	CURSO TREINADORES SEVENS	GRAU 1	LOCAL	E-learning	DATA	MÓDULO 1 22/03/2021 MÓDULO 2 24/03/2021
-----------------	----------	--------------	---------------------------------	---------------	--------------	-------------------	-------------	--

DATA	HORÁRIO (INÍCIO E TÉRMINO)	TEMA	FORMADORES	TIPO	MATERIAL
22.03	30min	A variante de Sevens. Estratégia de desenvolvimento	Henrique Rocha Frederico Sousa	Componente Especifica E-Learning	Computador
	30min	Como atacar Princípios do ataque	Frederico Sousa	Componente Especifica E-Learning	Computador
	30min	Como defender Princípios da defesa	Frederico Sousa	Componente Especifica E-Learning	Computador
	30min	Pontapés de saída e recomeço	Frederico Sousa	Componente Especifica E-Learning	Computador

24.03	30min	Penalidades e Pontapé livre	Frederico Sousa	Componente Especifica E-Learning	Computador
	30min	Alinhamento. Jogo após Alinhamento	Frederico Sousa	Componente Especifica E-Learning	Computador
	30min	Formação ordenada. Jogo após formação ordenada	Frederico Sousa	Componente Especifica E-Learning	Computador
	30min	Reflexão Debate sobre Sevens	Frederico Sousa Henrique Rocha	Componente Especifica E-Learning	Computador