

2016



FPR FEDERAÇÃO
PORTUGUESA
DE REMO

**[SEMINÁRIO TREINADORES: A
PSICOLOGIA NO REMO, A NÍVEL
INDIVIDUAL, DE TRIPULAÇÃO,
ORGANIZACIONAL E COMUNITÁRIO]**

FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE REMO

CALENDARIZAÇÃO E INSCRIÇÕES

1. Local de realização

- Avis
 - Auditório do Centro Náutico de Avis (Parque de Campismo)

2. Datas e Horários

- 19 de Fevereiro de 2015
 - 10:00 – 13:00
 - 14:30 – 17:30
- **Inscrições**
 - Número máximo de inscritos: 25 formandos;
 - Inscrições através do endereço geral@fpremo.pt, até ao dia 11 de Dezembro, por ordem de chegada dos e-mails, num máximo de um treinador por clube associado na FPR;
 - Não se esgotando as vagas, cada clube poderá inscrever um segundo técnico, aplicando-se o princípio de acolher inscrições por ordem de chegada até que se esgote o número limite de vagas.
- **Critérios de elegibilidade:**
 - Idade mínima: 18 anos
 - Licença de treinador de Remo válido
- **Créditos atribuídos:**
 - O Seminário atribui 1.2 unidades de crédito aos treinadores com grau I/II/III/IV que nela participem.

PROGRAMA TEMÁTICO

Este seminário irá compreender 6 horas de formação dedicadas à Psicologia quando aplicada ao treino de remo na vertente do alto rendimento. A estrutura do seminário assentará em 4 níveis de análise: a do Indivíduo/Atleta, da Tripulação, da Organização e sistema de suporte e, finalmente, da Comunidade.

O seminário será dividido em quatro blocos com a duração de 1h30 cada um, no qual serão apresentados exemplos baseados tanto em investigação como em casos práticos colocando-se

grande ênfase no estabelecimento de um ambiente informal de perguntas, respostas e comentários.. O objectivo da acção passa por apresentar conteúdos e informações produzidas tanto da perspectiva do atleta, como na perspectiva organizacional, focando-se também na discussão das estratégias a desenvolver para ajudar os treinadores a entender melhor a forma como podem facilitar e potenciar um ambiente de alta performance.

Sessão 1: O Indivíduo Atleta

Esta parte do Seminário vai-se focar nos processos cognitivos associados ao desenvolvimento de aptidões, à especialização e ao alto rendimento. Serão apresentados conteúdos genéricos dedicados aos processos envolvidos no desenvolvimento de aptidões (motores e outras) e as características de um especialista. Isto inclui conceitos como atenção, aprendizagem episódica e noções de aprendizagem específica. Estes conceitos serão aplicados ao alto rendimento em remo, abordando-se também conceitos relacionados com a inteligência emocional.

Sessão 2: A Tripulação

Esta sessão parte das fundações conferidas pela sessão anterior aplicando-lhes conceitos relacionados com a psicologia de “*teaming*.” Esta sessão inclui uma introdução às perspectivas cognitivas sociais aplicadas a equipas. Tal como como na sessão 1, estes conceitos serão aplicados ao alto rendimento em remo, abordando-se também conceitos relacionados com a inteligência emocional

Sessão 3: A Organização e o Sistema de Suporte

Esta componente do seminário vai apresentar uma perspectiva organizacional e de sistema sobre o remo enquanto modalidade praticada na vertente de alto rendimento. Esta perspectiva assume uma importância crescente para os clubes e países que procuram um elevado (e consistente) nível de performance desportiva. A concretização de tal objectivo obriga à existência de uma organização estruturada e ao desenvolvimento de um sistema que complemente os diferentes níveis de análise ao desempenho. Serão discutidos conceitos básicos de comportamento organizacional e de desenvolvimento de sistemas.

Sessão 4: A comunidade

Esta componente focar-se-á em relacionar as sessões anteriores com noções de comunidade. A noção de Comunidade de Prática será introduzida e aplicada ao individuo, à equipa e aos sistema de desenvolvimento. A forma como esta noção se aplica especificamente ao Alto Rendimento será discutida e aplicada para melhor se perceber as políticas assumidas pela FISA e pela Equipa Nacional de Remo. Esta sessão contemplará um período para relacionar todos os tópicos, resumizando-os e para uma discussão final.

CUSTOS

Designação	Valor [€]
Inscrição (inclui almoço)	20,00 €
TOTAL	20,00 €