



PERFORMANCE OLÍMPICA

CURSO DE CAPACITAÇÃO PSICOLOGIA E PREPARAÇÃO OLÍMPICA

Contributos e interdependências em Contextos de Performance

CRONOLOGIA

Blocos	Conteúdos	Preletores	Data	Horário	Formato
Abertura e Blocos 1 e 2	Abertura	Ana Bispo Ramires	17/mar	10h - 18h	Presencial (COP)
	Conferência de Abertura	Duarte Araújo e Diana Gomes Pedras			
	Historia e Valores Olímpicos	Rita Nunes			
	Preparação e Missão Olímpica	Marco Alves e Pedro Roque			
Bloco 3	Planeamento do Treino	José Afonso	24/mar	9h - 13h	ZOOM
Bloco 4	Desenvolvimento de Perícia	Hugo Sarmento	31/mar	9h - 13h	ZOOM
Bloco 5	Biologia do Treino	José Gomes Pereira	06/abr	9h - 13h	ZOOM
Bloco 6	Nutrição e Performance	Claudia Minderico	14/abr	9h - 13h	ZOOM
Bloco 7	Tomada de Decisão e Concentração	Duarte Araújo	21/abr	14h - 18h	ZOOM
	Aprendizagem percetivo-motora				
Bloco 8	Saúde Mental e Despiste Comportamental	Telmo Baptista	28/abr	14h - 18h	ZOOM
Bloco 9	Modificação Comportamental	Marta Moreira Marques	05/mai	9h - 13h	ZOOM
	Auto-Consciência e Auto-Regulação	Ana Bispo Ramires			
Bloco 10	Aspetos específicos da prevenção de lesões	Raul Oliveira	12/mai	9h - 13h	ZOOM
	Cultura Organizacional	Luis Curral			
Bloco 11	Desafios da Pratica em Performance	Ana Bispo Ramires	15/mai	9h - 13h	Presencial (COP)
	Proteção de Atletas	Cristina Almeida			
AVALIAÇÃO	AVALIAÇÃO	Ana Bispo Ramires	15/mai	14h	Presencial (COP)