

Treinando Atletas de Desporto Coletivo



Tudor O. Bompa, Phd

phorte
EDITORIA

Resumo de Treinando Atletas de Desporto Coletivo

Os desportos coletivos estão entre os mais dinâmicos, excitantes e espetaculares desportos. São realizados por dois grupos de jogadores que utilizam todo seu talento e habilidades para marcar os pontos, sob rigorosas regras.

Complexos nas dimensões técnica, tática, física e psicológica, o principal objetivo é vencer. A maioria dos livros sobre desportos coletivos já publicados refere-se apenas ao treinamento técnico e tático de um dado desporto.

Isso explica porque o treinamento fisiológico tem uma defasagem em relação a esse tipo de treinamento. Nesta obra, Tudor O. Bompá apresenta, sob um enfoque completamente novo, diversos elementos dos treinamentos técnico e tático, como componentes e sistemas de jogo, treinadores, formação de equipes, identificação de talentos e planificação do treinamento, dando aos treinadores principais a oportunidade de atualizar seus conhecimentos sobre treinamento fisiológico e aos especialistas em treinamento fisiológico a possibilidade de explorar os aspectos do treinamento técnico e tático.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)