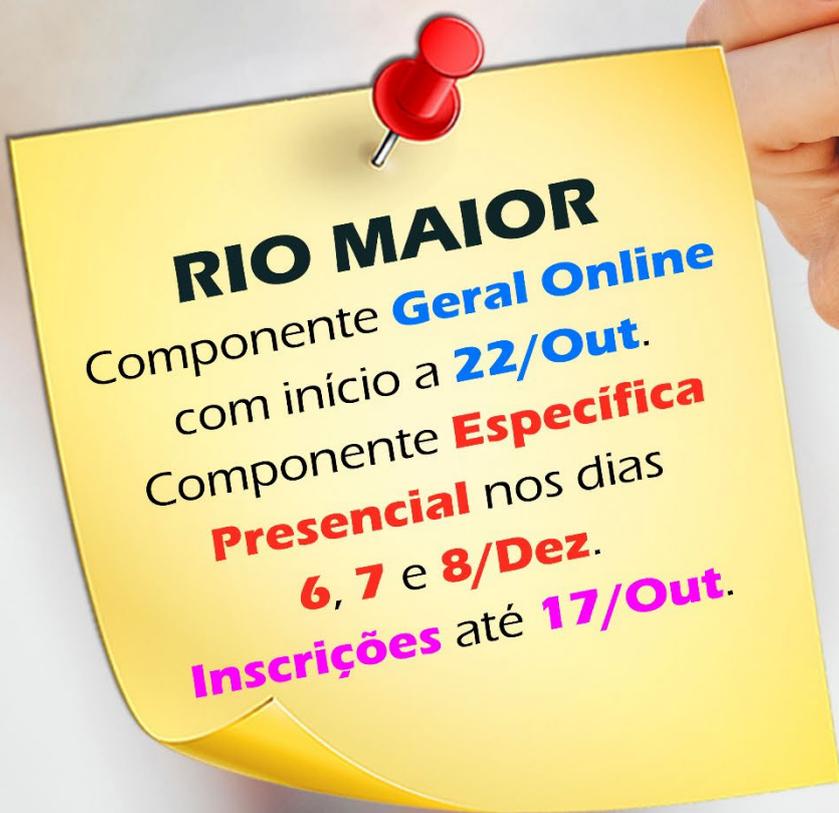


CURSO DE TREINADORES - GRAU I

Pentatlo Moderno



Mais informações em: fppm.formacao@gmail.com

FEDERAÇÃO PORTUGUESA



DO PENTATLO MODERNO

CRONOGRAMA DO CURSO

COMPONENTES	FREQÜÊNCIA	AValiaÇÃO FINAL (C.F Geral e C.F. Específica)
ABERTURA DE CURSO	22/OUT. 2025 19H00 - VIDEO-CONFERÊNCIA	ZOOM
FORMAÇÃO GERAL	22/OUT. até 3/DEZ. 2025 <u>E-LEARNING</u>	7/DEZ. 2025 TESTE ESCRITO - GNOSIES
FORMAÇÃO ESPECÍFICA	<u>TEÓRICA ONLINE</u> 2, 3, 4 e 5/DEZ. 2025 <u>PRÁTICA PRESENCIAL</u> 6, 7, 8/DEZ. 2025	6, 7, 8 DEZ. 2025 RIO MAIOR SPORTS CENTRE

Rio Maior Sports Centre (CAR Rio Maior)

Pá da Ribeira, 2040-227 Rio Maior

Google Maps: <https://maps.app.goo.gl/P2PsBG27diiCLB7DA>

Complexo de Piscinas

Estrada das Marinhas do Sal, 2040 - 332 Rio Maior

Google Maps: <https://maps.app.goo.gl/paBwkjsF3utmJeKR7>

PEDIDO DE RECONHECIMENTO DE EQUIVALÊNCIAS

O pedido de reconhecimento de equivalência à Componente de Formação Geral é da responsabilidade do formando, devendo realizar o pedido do “**Certificado de Reconhecimento de Competências - CRC**” diretamente na sua área privada da plataforma www.prodesporto.idesporto.pt. Apenas o Instituto Português do Desporto e Juventude - IPDJ, IP, tem competência legal para atribuição do reconhecimento de competências no âmbito da Formação de Treinadores. O “**Certificado de Reconhecimento de Competências – CRC**” só pode ser atribuído aos Formandos que cumpram uma das seguintes condições:

- Ter formação académica superior em Ciências do Desporto;
- Ter TPTD de Grau I de outra modalidade, apenas para os cursos realizados a partir de 2020 (que se enquadram no atual Decreto Lei em vigor);

COMPONENTE FORMAÇÃO GERAL

A componente de Formação Geral será lecionada integralmente em regime e-learning através da plataforma de formação da GNOSIES em <https://gnosies.pt/>. Os Formandos serão contactados por email e telemóvel diretamente pela GNOSIES, para receberem os dados de acesso à plataforma e iniciar a formação geral ao seu próprio ritmo. **O período válido para completar será de 22 de Outubro a 3 de Dezembro. Findo o prazo a plataforma encerra sem possibilidade de reabertura.**

UNIDADES DE FORMAÇÃO	FORMADOR	COMPONENTE	DATA
SESSÃO DE ABERTURA	Miguel Pacheco	Online ZOOM	22/OUT. 19H00
UF 1 – TEORIA E METODOLOGIA DO TREINO E DESPORTIVO	GNOSIES	12 horas	E-learning
UF 2 – PEDAGOGIA E DIDÁTICA DO DESPORTO	GNOSIES	15 horas	E-learning
UF 3 – FUNCIONAMENTO DO CORPO HUMANO, PRIMEIROS SOCORROS E ANTIDOPAGEM	GNOSIES	5 horas	E-learning
UF 4 – DESPORTO ADAPTADO	GNOSIES	2 horas	E-learning
UF5 – ÉTICA NO DESPORTO	GNOSIES	2 horas	E-learning
		TOTAL: 36 HORAS	

() Calendário definitivo a confirmar na Sessão Abertura*

COMPONENTE FORMAÇÃO ESPECÍFICA

A Componente de Formação Específica - Grau I - Pentatlo Moderno, será lecionada em regime misto Online (ZOOM) e Presencial (Rio Maior), de modo a concentrar a parte presencial em apenas 3 dias, facilitando as deslocações de Formadores e Formandos:

UNIDADES DE FORMAÇÃO	FORMADORES	COMPONENTE	DATAS (*)	HORÁRIOS REFERÊNCIA (*)
UF 1 – O PENTATLO MODERNO	Manuel Barroso	Teórica Presencial (CAR RIO MAIOR)	6/DEZ.	10:00 – 13:00
UF 2 – A NATAÇÃO DO PENTATLO MODERNO	Sérgio Souto	Teórica Online ZOOM	2/DEZ.	20:00 – 22:00
		Teórica Online ZOOM	3/DEZ.	20:00 – 22:00
		Prática Presencial (PISCINAS)	6/DEZ.	17:00 – 20:00
UF 3 – O LASER RUN	Ricardo Arrifano	Teórica Online (Tiro Laser) ZOOM	4/DEZ.	20:00 – 22:00
	Abílio Figueira	Teórica Online (Corrida) ZOOM	5/DEZ.	20:00 – 22:00
	Abílio Figueira	Prática Presencial (CAR RIO MAIOR)	7/DEZ.	10:00 – 13:00
	Ricardo Arrifano	Prática Presencial (CAR RIO MAIOR)	7/DEZ.	14:00 – 17:00
UF 4 – A ESGRIMA DO PENTATLO MODERNO	Carina Vicente	Teórica Presencial (CAR RIO MAIOR)	8/DEZ.	10:00 – 13:00
		Prática Presencial (CAR RIO MAIOR)	8/DEZ.	14:00 – 19:00
UF5 – O TREINO DO PENTATLO MODERNO NOS ESCALÕES DE FORMAÇÃO	Abílio Figueira	Teórica Online ZOOM Prática	4/DEZ.	22:00 – 23:00
		Presencial (CAR RIO MAIOR)	6/DEZ.	14:00 – 17:00
		TOTAL: 54 HORAS		

() Calendário e horários definitivos a confirmar na Sessão Abertura*

PROCESSO DE INSCRIÇÃO

A inscrição é realizada mediante:

- a) Envio de formulário em anexo e comprovativo de pagamento para o e-mail: fppm.formacao@gmail.com.
- **Até 17 de Outubro:** Formandos sem Certificado de Reconhecimento de Competências – CRC, que tenham de frequentar obrigatoriamente a Componente Geral pela plataforma da GNOSIES;
 - **Até 31 de Novembro** para os Formandos com Certificado de Reconhecimento de Competências - CRC emitido pelo IPDJ, que realizem apenas a Componente Específica, com envio à FPPM por email;
- **Banco:** Caixa Geral de Depósitos
 - **IBAN:** PT50 0035 0344 00006261930 16
 - **Valor:** 25,00 €
- b) Indicação dos **dados a incluir fatura** se for diferente da informação que consta do formulário de inscrição.

CURSO DE TREINADORES	DATA LIMITE DE INSCRIÇÃO	INSCRIÇÃO (€)
Formação Inicial de Treinadores – Grau I	25 Abril/2025	25,00 €

REQUISITOS NECESSÁRIOS GRAU 1

Idade mínima 18 anos (à data da emissão do Diploma de Qualificações) e 12º Ano de escolaridade