

**FORMAÇÃO DE TREINADORES
GRAU I – PENTATLO MODERNO**



FPPM

Federação Portuguesa
do Pentatlo Moderno

ABR. 2025

CRONOGRAMA DO CURSO

COMPONENTES	FREQÜÊNCIA	AVALIAÇÃO FINAL (C.F Geral e C.F. Específica)
ABERTURA DE CURSO	29 ABRIL/2025 19h online ZOOM	-
FORMAÇÃO GERAL	MAIO-JUNHO/2025 E-LEARNING	JUNHO/2025 Plataforma GNOSIES
FORMAÇÃO ESPECÍFICA	7/8/9/10 JUNHO 2025 <u>PRESENCIAL</u>	JULHO/2025 Nave de Espinho Piscina Municipal de Espinho

Nave de Espinho

Rua da Nave, Lugar de Sales - Silvalde | 4500-497 Espinho | Portugal
40°59'57.568"N 8°37'19.862"W

Piscina Municipal de Espinho

Avenida 32 | 4500-138 Espinho
41°00'17.1"N 8°38'01.5"W

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/>

UNIDADES DE FORMAÇÃO	FORMADOR	COMPONENTE	DATA
SESSÃO DE ABERTURA	Miguel Pacheco	VIA ZOOM	29/4/2025 19h00
UF 1 – TEORIA E METODOLOGIA DO TREINO 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 Zoom e Presencial (Espinho):

UNIDADES DE FORMAÇÃO	FORMADOR	COMPONENTE	DATA
UF 1 – O PENTATLO MODERNO	Manuel Barroso	Teórica	7/6/2025
UF 2 – A NATAÇÃO DO PENTATLO MODERNO	Sérgio Souto	Teórica Prática	VIA ZOOM 7/6/2025
UF 3 – O LASER RUN	Abílio Figueira	Teórica (CORRIDA)	VIA ZOOM
	Ricardo Arrifano	Teórica (TIRO)	VIA ZOOM
	Ricardo Arrifano	Prática (TIRO)	8/6/2025
	Abílio Figueira	Prática (CORRIDA)	8/6/2025
UF 4 – A ESGRIMA DO PENTATLO MODERNO	Carina Vicente	Teórica	10/6/2025
		Prática	10/6/2025
UF5 – O TREINO DO PENTATLO MODERNO NOS ESCALÕES DE FORMAÇÃO	Abílio Figueira	Teórica	9/6/2025
		Prática	9/6/2025
		TOTAL: 54 HORAS	

() Calendário definitivo a confirmar na Sessão Abertura*

PROCESSO DE INSCRIÇÃO

A inscrição é realizada mediante:

- Envio de formulário em anexo e comprovativo de pagamento o e-mail: fppm.formacao@gmail.com. **Prazo até 25 de Abril/2025.**
Banco: Caixa Geral de Depósitos
IBAN: PT50 0035 0344 00006261930 16
Valor: 25,00 €
- 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